明治三十九年十月二十七日發行
（明治二十年十一月本會創立）

婦人衛生雜誌

第二百參號

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
毎月一回二十日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌

第貳百參號目次

大日本婦人衛生會

十一月例會通知

來十一月三日開會の豫定に候處當日は天長節の佳辰に相當致し候間

來十一月十日第二土曜日午後一時半より神田區一ッ橋通女子職業學校內に於て例會相開き左記の講話有之候間萬障御繰合せ御知友御誘引御來會有之度候也

當日は本會總裁東伏見宮妃殿下の御臨場を仰ぎ奉り候

一我家の病災　醫學博士　遠山椿吉君

一疾病の話附料理の衛生　ドクトル　富士川游君

明治三十九年十月

私立大日本婦人衛生會

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一生を送らんを許ともに希はざるはあらざれども其身健康にあらざれば此生活を得んをいと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆評事婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相繼て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは洵に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を拂はざるものゝ如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一同聚合を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話を乞ひ互に相研究し之を筆記して冊子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす玆に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

(明治廿二年十二月改正)

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を研究し衛生上の智識を開發せしめ因て社會全般の幸福を增進するにあり

●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く

●第三條　本會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得

●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員證を交付す(交付手續は末に詳なり)入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし

●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす

●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを認みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし

●第七條　會員は本會に於て毎月發刊する雜誌を無料にて受ることを得

●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず

●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に臨出るものとす

●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名

●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は在會に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし

●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす

●第十三條　臨時指名委員の作

●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員生ずる時は會は次點者を以て補缺す

●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す

●第十六條　集會は例會總會及議員會とす例會は八九月を除くの外每月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二期會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし

●第十七條　例會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑託し會員をして之を聽講せしむるものとす

●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會に勸誘致し講義演說等を傍聽せしむることを得

但衣服は總て質素たるべきこと

●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず

●第二十條　本規則の改正其他重要の件議定のこと

●第廿一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし

●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす

●第廿三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす

●第廿四條　會計は一ヶ年每に決議し翌年三月總會に報告すべし

支會

●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上の發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得

●第廿六條　本會々員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會々員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす

●第廿七條　支會には支會限りの會員を設くことを得

●第廿八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を購求する者に就きても亦同じ

●第廿九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし

●第三十條　本會は毎月一回雜誌を發刊し之を會員に配付すべし

●第卅一條　會員又は會員外の者にして金品若くは其他物品等を本會に於て受領しある時は本會々長の名を以て謝狀を贈り寄附者の姓名及品目を帳冊に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし

●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證を發として別に返信料を添へらるべし(郵券送一割增)

●第卅三條　會費は東京府下に限り每月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所々在の郵便局(牛込築土八幡町郵便扱所宛)へ振出さるべし

●第卅四條　會員中若し本會の妨害となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若くは勸告することあるべし

事務所　東京市牛込區上宮比町八番地　私立大日本婦人衛生會

●役員姓名

総裁　東伏見宮依仁親王妃 周子殿下

会長　侯爵夫人 鍋島榮子

副会長　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
仝　羽田三緒子
仝　岡田徳子
仝　高木かう子
仝　山本多穂子
仝　松平芳子
仝　三浦敬子
仝　石川良子
仝　岩下ゆか子
仝　濱田捨子

評議員　長谷川仲子
仝　仁禮壽賀子
仝　四升子
仝　穗積歌子
仝　土肥多越子
仝　緒方悦子
仝　岡山とし子
仝　小川孝子
仝　男爵夫人 加藤鈴子
仝　片山龜子
仝　吉武輝枝子
仝　丹波貞子
仝　高橋孝子
仝　田村きよ子
仝　男爵夫人 南部辰子
仝　中濱芳子
仝　子爵夫人 松井正子
仝　岸直子
仝　三宅藤子
仝　宮木樂子
仝　宮下咲子

●支会　千葉、新潟、山形、宇都宮、茨城、高崎、米澤

本會特別賛成員

（◎は本会の為め講演又は執筆せられし諸氏）

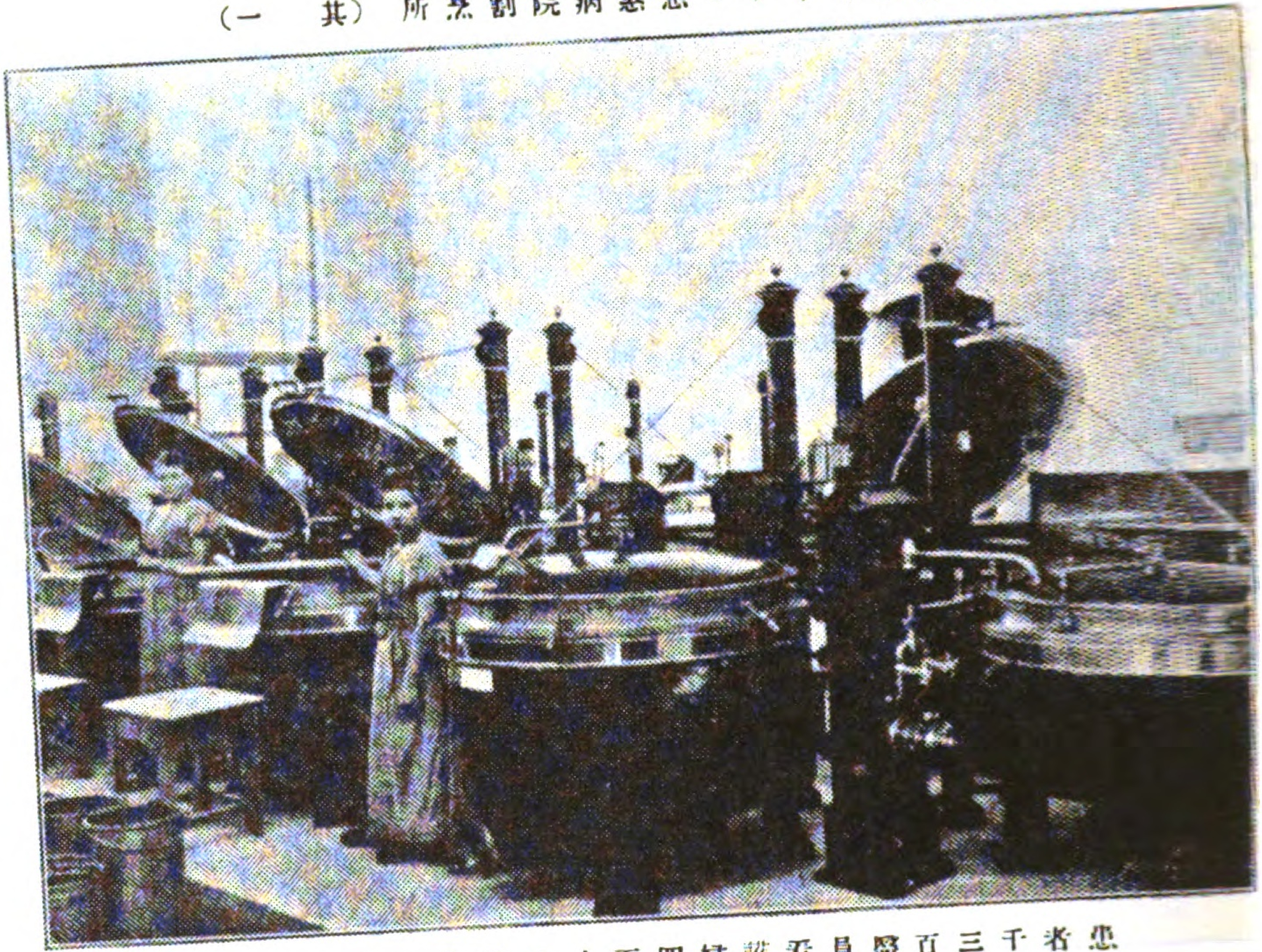
醫學博士　●入澤達吉君
理學博士　●飯島魁君
ドクトル　●伊澤信平君
●色川圀士君
醫學博士　●伊東祐彦君
ドクトル　●飯盛挺造君
醫學博士　●伊藤隼三君
理學博士　●石川千代松君
赤十字社內科　●岩井禎造君
醫學士　●石原久君
醫學士　●蜂瀬雄一君
醫學士　●石原喜久太郎君
貴族院議員　濱尾新君
醫學博士　●濱田玄達君
法學博士　●鳩山和夫君
東京　●萩原猾四郎君
醫學博士　●芳賀榮二郎君
新潟　長谷川泰君
長谷川一銘君
小兒科　小原猾之君
醫學博士　●岡田榮吉君
醫學博士　●林春雄君
醫學博士　●佐藤達次郎君
醫學博士　●緒方正規君
步兵中佐　●堀内文次郎君
醫學博士　●土肥慶藏君
醫學博士　●岡田和一郎君

醫學博士　●大澤謙二君
醫學士　大西秀治君
醫學博士　●大澤岳太郎君
一等藥劑官　●恩田重信君
醫學士　●若杉喜三郎君
男爵　加藤弘之君
ドクトル　●加藤照麿君
醫學士　●賀古鶴所君
醫學博士　●河本重次郎君
醫學博士　●片山國嘉君
醫學士　●川上雅號君
醫學士　●櫻田龜一郎君
醫學博士　●金杉英五郎君
醫學士　●笠原光興君
醫學士　●唐澤光德君
醫學博士　●高橋順太郎君
ドクトル　●高山紀齋君
醫學博士　●高木兼寛君
法學博士　高木豐三君
醫學博士　●田代義德君
新潟　●田代亮助君
男爵　高峙正風君
醫學博士　竹中成憲君
醫學博士　●高橋邦安君
醫學博士　●高橋辰五郎君
衛生試驗所長　●丹波敬三君
醫學博士　高橋貞碩君
藥學博士　●山原貫純君
醫學士　●田村光顯君
醫學士　●久保猪之吉君
醫學士　●米山彥郎君
二等軍醫正　●星野葆光君
醫學士　●宮本叔君
三等軍醫正　●橫井忠閑君
大日本教育會長　辻新次君
理學博士　●坪井正五郎君
男爵 醫學博士　●長與稱吉君
理學博士　南部□男君
醫學博士　●長井長義君
醫學博士　●中濱東一郎君

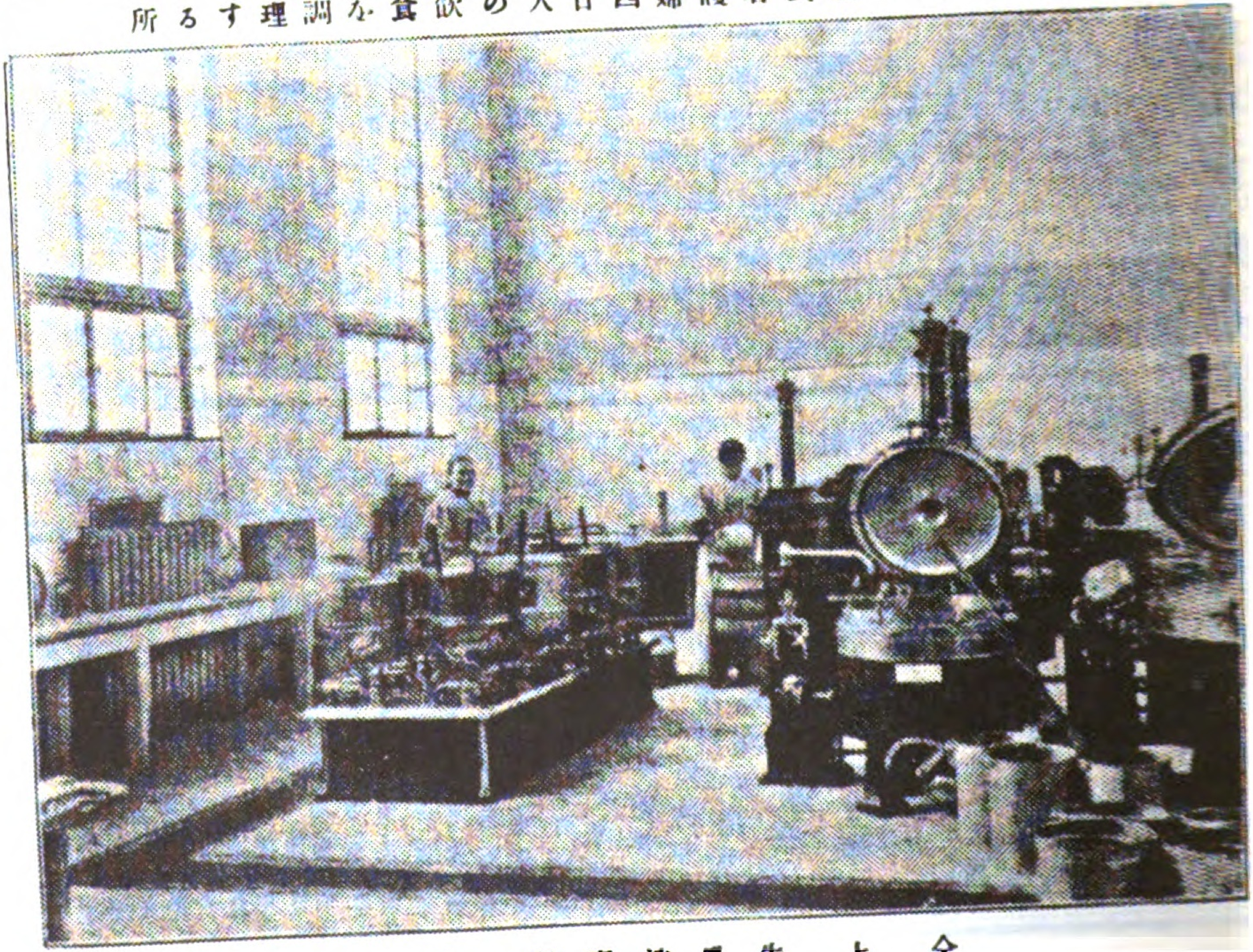
醫學士　●黑田玄通君
醫學士　●照木廟勝君
海軍中佐　●小笠原長生君
醫學士　村松龜三君
醫學博士　●隈川宗雄君
醫學博士　●栗本東明君
醫學士　●山田鐵三君
醫學士　●山田弘倫君
醫學士　●山根正次君
岡山　山川春二君
技手　●丸山昆四郎君
ドクトル　●松山陽太郎君
ドクトル　●小此木信六郎君
盲啞學校長　●小西信八君
廣島　小泉江君
醫學士　●古川榮君
東京　布施正頭君
臺灣民政局長　●後藤新平君
元帝國大學教授　●エ、ベルツ君
醫學士　●甲野棨君
文部省視學官　●寺田勇吉君
醫學士　寺田[illegible]作君
醫學士　●寺田織尾君
子爵　●秋元興朝君
前軍醫總監　●足立寛君
ドクトル　●新井古芳君
ドクトル　●富士川游君
高崎醫會　●土谷余次君
産科婦人科長　水原漸君
ドクトル　●久保川誠曆君
醫學博士　●佐々木政吉君
醫學士　●淺田一君
醫學博士　●朝倉文三君
ドクトル　●朝山茂六君
高崎　●秋田聰太郎君
醫學博士　●佐藤三吉君
醫學士　●櫻井郁二郎君
醫學士　●佐藤恒久君
ドクトル　佐伯理一郎君
醫學博士　●榊順次郎君

醫學博士　●榊保三郎君
醫學士　●櫻井佐次郎君
醫學博士　●桐淵鏡次君
醫學士　●北村楠道君
醫學博士　●北島多一君
ドクトル　●北川乙二郎君
醫學博士　●木下正中君
醫學士　●北島小太郎君
醫學博士　●北里柴三郎君
醫學博士　●三浦守治君
醫學博士　●三浦謹之助君
小兒科專門　●宮本仲君
理學博士　●箕作佳吉君
醫學博士　●三島通良君
醫學博士　●三宅秀君
醫學博士　●三輪信太郎君
伯爵　●土方久元君
醫學士　●島村俊一君
醫學博士　●弘田長君
ドクトル　●日高昂君
ドクトル　●須田卓爾君
醫學士　●遠川德君
醫學博士　●木村德衞君
醫學博士　森林太郎君
醫學士　●笹川三男三君
醫學士　●波多野傳君
醫學博士　●吳秀三君
ミス　●リツデル
ミス　●ヒユース
ミセス　●コーツ
ドクトル　●菊池循一君
醫學士　●橋本左武郎君
醫學士　●鳥居春洋君
ドクトル　●土田卯三郎君
ドクトル　●佐藤迪雄君
ドクトル　●內山信光君

伯林シャリテー慈恵病院割烹所（其一）



患者千三百醫員看護婦四百人の飲食を調理する所



仝上　牛乳消毒所（其二）

名家演壇

流行性腦脊髓膜炎に就て

兩三年前にも此の病氣流行の兆がありまして一時大に警戒を加へたことてしたが又々此頃府下の各所に本病類似の病氣が發生して來ました市内でも淺草本所、京橋、日本橋、四谷、芝區などにはおい〳〵蔓延の兆候があるので九月初旬このかた本病同一の症候を呈したる患者四五十名に上り其中死亡するものも亦尠くない併し右の疾病に對して今秋流行の兆ある症狀に對しては未だ遽かに流行性の腦脊髓膜炎と斷定することが出來ませんが其臨床病候によりますと頗る該病に類似したるところがあります若し該病でありますれば一時も打ち捨て置くべきにあらざるが故に目下種々の方法にて檢索中でありますが此病源は今より十九年以前ワイクゼルバウム氏の發見されたもので其細菌は豆の形ちをして居る球菌が二個つながつて居るもので之を腦脊髓膜炎菌と稱し人工培養基に培養すれば發育すること限りなく其數を增殖するの性質があります又人の體中にこの細菌が寄生しますと好んで腦脊髓膜を犯すの性がありますから此名稱の附けられたものです

尤も此病氣は歐州に於て太古より流行したものに相違なきも之を證據立てることは出來ませぬ百年前に瑞西國のゲンプに流行しました病氣はたしかに眞正の流行性腦脊髓膜病で先づ之れが歐州に於ける初發の流行と認むべきものであります其以來歐米に於ては各地に時々流行したことがあります

本邦でも明治三十四年以來和歌山、大阪、兵庫、横濱、鹿兒島、熊本等に發生し又同三十六年に東京に於て數十名の患者を見るに至り何れも秋期に多く流行するもの〻の如く此時期には充分豫防の覺悟が

なくてはなりませぬ

病氣の容態は其輕重によりまして自から違ひますが兎も角も急劇に脳を犯す病ひて本病の尤も急劇なるものにありては數時間又は數日間にして死するものあり又は三四周又は五六周の後に死するのもあり或は輕快するものもあれどそれが爲めに耳とか目とかいふ處に障害をのこし又は全然痴呆となるものもあります死亡の割合は流行時によりて一定しませんけれども外國の例によりますと或時は患者の半ば死亡し又或時は死亡數僅かに五分の一に過ぎないことがありますが概して豫後はよろしくないもので一と度之に罹かゝれば斃るゝもの多く好し治癒するも往々不具の疾病をのこすことあれば吾人が危險の疾病として怖るゝところである

此病氣は前にも申す通り病原がわかつて居りますから此のものが甲より乙に傳はりまして流行するに至るのてサレハ此細菌が如何にして脳脊髓膜に迄侵入するかと申せば

先づ第一は人の鼻腔の粘膜に附着して爰に巣窟をかまへ終にはだん〳〵に脳の內に這入り込むので是れは鼻の穴と脳腔の間にある骨廚といふものは極めて粗樸なるものてありますからこゝから脳內に侵入するには尤も便利なのてあります

右は脳脊髓膜炎菌が近道を撰ひて直接に脳を侵したる場合てありますが又遠路を迂回して脳內に達することがあります即ち先づ本菌は咽頭の扁桃腺に寄生し次で一と度血液に這入りたる後血流に從かひて脳內に漂流し玆に寄生增殖して脳脊髓膜炎を起すのてある此病原菌は患者の脳脊髓液中に常に混在するものなれども該液は堅牢なる骨廚の內部に貯へるものであるが從て其患者の鼻汁、淚液等に注意して之れが看護するものは充分の消毒をせねばならぬ若し一家の內に該患者が發生しましたならば之は他の傳染病と均しく隔離することが尤も必要です個人としては理髮の際鼻腔內の剃毛等は必らず行はざること並に患者に接近せざるは勿論のことてす今消毒其他

につき注意すべき件を擧ぐれば左の如くてす

(一)患者は成るべく病院に入らしむること

但し病院は必らずしも傳染室を有するものに限らず

(二)自宅治療にありては患者附き添ひ專務の看護人を附し健康者と隔離すること

(三)死體は消毒藥を以て其外表を消毒すること

(四)患者の居室は消毒藥をもつてよく拭浄し壁は石炭酸水をもつて拭浄し若くは八時間以上日光にさらすこと衣服、臥具は八時間以上日光にさらし患者の使用したる寢衣とか上敷、枕、紙、布片、並に咯痰、涙、涕汁及び之に汙染したる品物などは消毒藥を以て消毒すること

(五)飲食其他に使用したる器具にして熱湯に堪ふるものは熱湯内に浸し其他のものは八時間以上日光にさらすこと

(六)患者に使用したる便器は適宜消毒すること

先づ豫防注意としては前述の如くてあります

これまで此患者は小供に多くありましたが今回の患者は何れも大人殊に壯年血氣のものに多く且つ一戸多數を出せしは少く各所に散在し居る模様なりといふ去月三十日附を以て警視廳は告諭を發し左の如き注意事項を掲げたり

一、劇しき頭痛、頭部の疼痛、及び硬直、高熱、搐搦痙攣、麻痺失神等の症狀を呈する患者は直に醫師の診察を受くべきこと

二、不潔、狹隘其他衞生狀態不良の場所においては其蔓延を容易ならしむる虞あるを以て此際一層清潔に注意すること

三、感冒は該病の誘因となるべき虞あるを以て常に其豫防に注意すること

四、該病患者は成るべく隔離し且健康者は之と交通を避くること



大家談叢



●齒の保護（醫學博士瀨川昌耆氏講話）

▲强熱と冷熱　齲齒が出來たり欠損たりする原因がお解りになつたら其原因に遠からなければなりません夫れには即ち齒の攝生法が大切で、攝生さへ完全に行屆けば矢鱈に弱くなるものではない、就ては其の攝生法をお咄しするのは尤も必要なると信じ左に其の方法を述べませう、先づ第一に冷熱の度が著しく變るのは尤も宜しくない、熱度の强い湯とか極く冷たい水が齒牙に觸れる事は避けなければならぬ强熱、强冷に逢つて玻璃の脆く碎れる如く琺瑯質に細裂が出來ます、爾うすれば前申した通り骨質を冐されるのです、

又强い酸味ですが之れも齒の爲め至極宜しくない其の爲め骨質に尤も害を及ぼし易いのであります

▲堅いものを嚙むな　第二に齒冠を打つとか叩くとかする場合ですが夫れが爲め又琺瑯質に細裂を生じます、打つたり叩いたりする計りでなく婦人が齒にて糸を切つたり、豌豆の炒つた堅いのをポツ〳〵嚙んだり、堅豆を砂糖で堅めた太平糖のやうな菓子は琺瑯質を傷付けるから些細のやうたが斯う云ふ事に深く注意いたさなければなりません

▲齒を淸潔にする　第三には齒を淸潔に保たなければ食物の殘渣が口中に止つて、其殘渣は濕氣と溫氣にて分解され變化を起して酸類が出來る、のみならず黴菌も發育し易い故、一種の腐敗物が口中に殘るから、齒と齒の間に分けても淸潔にして殘渣の殘らぬやうにしなければならぬ

▲食後の含嗽が大切　斯の如き事は何人も知りつゝ惡い習慣を造るものであるが總て食物を喰べた後に

は必ず微温湯にて含嗽をなし食物の殘渣を取り去らなければならぬ、總て微温湯の含嗽は必ず食事に伴なふ習慣を小兒の時から養成するやうにしたいものです、喰べて仕舞つて含嗽をしなければ不快を感ずると云ふやうに良い習慣を作りたいものです之れは親達の仕向け方一ッて喰べ畢つたら含嗽する事に親自身から實行して見せ食事の秩序を勵行すれば必ず習慣とならぬ事はなく又實際殘精が口齒に殘つて居ては不快を感ずるもの故是非含嗽をするやうになるものです

▲毛の楊子　夫れから楊子にて齒を磨く事てすが、食後の含嗽は寧ろ楊子を使うよりも大切てあります楊子にも色々の種類があつて毛の楊子も護謨の楊子もあるが護謨て造つたのは何うも不便て完全に磨けぬものです、毛の楊子ても硬いものは却つて琺瑯質を傷けるが去りとて柔かいものでは毛が寢て齒と齒の間を清潔に掃除が出來ないから硬すぎず柔かすぎず程良き毛楊子を使うやうになさい、次ぎに齒の磨き方と齒磨粉のとに就いてお咄致さう

●齒磨の經濟

▲齒磨粉を使う　護謨楊枝より毛楊枝の餘り硬くなく、餘り柔かくなく、程よき硬目のものを使ふのが齒の爲めに良いと云ふ事迄お咄し致したが、扨齒の磨き方が惡いと如何に良き毛楊枝を用ゐたところで齒の清潔を保つ事は出來ません、未だ夫ればかりではなく、磨く時には必ず齒磨粉を使はぬと齒牙の間に挿つて居る食物の殘渣を充分に取去ることが出來ないのです、依つて齒の磨き方の順序として齒磨粉の事から說明し、何ういふ齒磨を使つたら齒の爲に良いか又齒の爲に惡いかと云ふ事を述べませう

▲上等な齒磨きの性質　一體齒磨の性質を云ふと餘り粗造て、細粉が荒くザラ〱したのは琺瑯質を早く磨滅させるから、却つて害になります爾うかと云つて餘り細粉が細か過ぎても磨擦する丈の効を失するから夫れでも効益にたゝなくなります、荒らすぎてならず、細か過ぎてならず矢張り程よき細粉のも

のでないと歯を保護する大切の効力を失して仕舞ひます、又夫れ許りてなく收歛の効もなくてはならず、口内の臭氣を取り腐敗した殘渣などを吸收する丈の香氣も附けてなければ歯磨きの効能は乏しいのであります

▲自分で製造なさい　世間には隨分歯楊きも澤山販賣されて居るが何れが良い是れが善いと云ふ事は申されない、併し私は從來の大人の使うのでも、小兒に使はせるのでも歯磨粉を他から買つたことがない、孰れも自分で製造して夫れを自分も用ゐ、家族にも使はせて居る、自分で拵らへた歯磨きなら充分吟味の出來る上に非常な經濟になります、一袋二錢とか三錢の歯磨粉は大層安價いやうに思へるが、家族の澤山ある家庭ではナカ〳〵歯磨粉とも云へぬ程一ケ年に積ると澤山の經費を要するものであります、殊に小兒などに袋のまゝ與へて置き、快よく充分に使はせると一袋位五六日の內には使ひきつて仕舞ひます、人の歯磨きを使ふ處を見ると一寸毛楊枝の先きへ一付け付けて前歯から横の方をチヨコ〳〵四五遍磨擦つてザッと含嗽をして顏を洗うものが多いやうですが、斯んな輕卒な磨き方をすれば、一袋の歯磨きで一ケ月も使へるかも知れませんが、夫れでは折角歯磨きを使つて歯を清潔にする甲斐がない、唯形式に歯を磨くと云ふに止まるのです、故に歯磨きは惜氣なく澤山使つて歯の間の殘渣が充分取れおほせるやうになさい、充分に歯磨きを使つたら一袋の歯磨きも僅の間に消費して仕舞うでせう、夫れ故私は經濟上から見ても、又歯磨の性質から云つても自家製造に如くなしと信します依つて私の家庭で使用して居る歯磨きで何人にも極く手輕に出來る製法をお咄し致しませう

●歯磨の製法及磨方

▲歯磨は何うして作るか　お約束通り歯磨粉の製法をお咄し致しませう、之れを極く手輕に誰人にても容易く出來て、歯のためにも良し經濟上にも至極爲になります

沈降炭酸石灰　一〇〇、〇
炭酸マグネシア　一〇、〇
鹽酸加利末　一、〇
メンタ（薄荷腦）　〇、三
木炭末（桐の木炭末）　適宜

右の藥劑を以上の如き分量て混和すれは上等な齒磨粉が出來ますが詰り沈降炭酸石灰が齒磨粉の基礎になるのてす、夫れて鹽酸加利末は劇藥て素人には賣りませんが其他藥劑は價も安し藥種屋て誰人にても賣ります、ソコて鹽酸加利末の代用には如何なる藥品を用ひたら宜からうかと云ふに

重曹　五、〇

を調劑なさい、素人の鹽酸加利末を得られぬお方には却つて重曹をお用ゐになる方が宜いのてす、又色を着けるのなら

カルミン（着色料）　適宜
キナヒの細末　適宜　沒藥　適宜

を混和なさい其他などを入れば尚結構な齒磨粉になりますから是非御試みなさるやうに、面倒だと思ふと容易に出來ませんが一度に二ヶ月分宛も使ふ丈調劑して置けばソー面倒な事はありますまい

▲齒磨の混ぜ方　次ぎに表に示した藥劑の混和法てすが、之れは乳鉢てゞも輕く磨り乍ら混ぜれば宜いのてすが左もなくは匙て上下左右に根氣良く攪きまぜれば充分に混和るものてありあます

▲齒は横に磨くな　先づ此方法て齒磨粉がお出來になつたら此れて毎朝齒をお磨きなさい、磨くに毛楊子を横に使つては齒齦を傷める許りてなく、齒と齒との間に殘る殘渣を充分に清潔に取去る事が出來ませんてす、デは何うして磨いたら宜からうと云ふに上齒は上から下へ縦にお磨きなさい、爾うして下齒は下から上へ向け同じく縦に磨くのてす、先づ之れて齒の表面丈は磨けました

▲奧齒の磨き方　表面丈を磨けば夫れて宜いかと云ふに決して爾うてない、同時に良く裏面をお磨きな

さい殊に下歯には歯石の積り易きもの故分けても裏面は丁寧に磨くやうに、夫れから奥歯は咀嚼面を磨かなければなりません詰り奥歯は咀嚼面と内面と外面の三方を磨かなければならぬのです

▲小兒の味噌歯　小兒の味噌歯と云ふのは兎角有勝ちて困ります之れは詰り歯が腐蝕したので、歯の攝生法を歯の生へ始めから母親の注意しない結果、那んな悪い歯にして仕舞つたのです、夫れでなくとも近來は歯の悪い人が多いから小兒の時から是非共堅く歯の攝生法を守らなければなりません

●歯の保護

▲木炭末調劑に就いて　歯磨粉の製法は前號に述べた通りですが、桐の木炭末を適宜に其中へ混合する事に就て、尚少しく意見を述べませう、一體木炭を入れると御承知の通り、歯磨きが黒色なつて仕舞ひます、故に着色する場合には、折角美しくなる色を木炭末の爲めに消されて、着色の材料を混ぜる甲斐がありません、デあるから歯磨粉へ色を着けるなら、木炭末はお控へなさい、夫れとも一つは木炭末を入れると今申した通り黒い歯磨粉になつて人によつては不快の念を醸し、使ひ心の悪いと云ふ者もあります、殊に御婦人方のお使ひ料には寧ろ木炭末を除いて美しい着色の材料を混ぜた方が却つて爽快を増す効力が多いと信じます、デあるから木炭末を混ぜる斟酌は使用者の心に任せて一向差支へないのであります

▲石鹸で磨くは見合せよ　歯を磨くのに石鹸を使ふ方もあるが私は餘り賛成いたしません石鹸は其の製法によつて種々の混和物があるから却つて其混和物の悪い爲め歯の障害を與へる事があります、夫れ故歯牙の攝生上には歯磨粉の方をお勸めいたします石鹸て磨く事はお見合せになさい

▲喫烟は歯の爲めに良し　次ぎに喫烟ですが其の利害の點に就いて論じたら寧ろ喫烟は利益があるので烟草を喫するとニコチンの中毒抔と云つて身體の爲めには不利益が伴はれるものだが獨り歯牙のために

は喫烟の効力を認めます、夫れは即ち口中の黴菌を死滅させるので、ヨシ夫れ丈の程度に達せずとも黴菌の發育を妨たげる効力は確にあるので適宜に喫烟したら間接に歯を保護する事になります

▲熟練なる歯科醫を要す、世人は小兒の脳膜炎とか實扶的利亞と云ふと非常に恐れを抱き寧ろ狼狽しすぎる程ですが食物消化に大關係ある大切な歯の攝生には頗る冷淡でありますこれは大に慨はしき弊害で斯ういふ陋習は速に芟除いて仕舞いたい又小兒ばかりでない大人でも歯の事には投遣りて一寸の傷の時治術すれば空しく缺損など生ぜしめぬのに、夫れを思はず歯位の事と等閑に附すのは甚しき心得違ひと云はなければなりません殊に小兒は一ケ年に一度なり二度なり必ず熟練なる歯醫者に診察を受けて歯石の積つて居るのを取去つて貰ひなさい、尚歯醫者の意見を聞いて缺損でもあれば假令針の先程の小さな穴でも直ぐに塡充て其の缺損を補はなければならない、此位の事はと一日後れにさせると取り返しが付かぬ事になります以上引續き説明した歯保護法は獨り小兒に就てのみならず大人にも適用すべき事故之れに依つて攝生を講ずれば必ず歯牙の健全を保つことが出來ませう　（つゞく）

●脳の養生法

▲精神と身體の關係　精神の養生は小兒の時から親〱の深く注意して適當の方法を講じなければならぬのです、一體精神の養生法と云ふは脳の働きに就いて注意を與ふべき養生法で、西洋の諺に「健康の精神は健康の身體に宿る」と云ふ事があるが、之れは素より一理ある事で健康の身體に非ざれば決して健康の精神は保たれぬが左ればと云つて健康の身體をもつて居る人なら必らず健康の精神であるかと云ふに、決して爾うは言れぬ者です、夫れ故幼稚兒時代の頃から身體の健康に伴ふて、完全に發達させる事を心懸けなければならぬのです、小兒の身體を見るに、何處も中分はない頗る強壯であるから脳の發育は自然此健康に伴はれて發達するてあらう、投遣り

にして置いても差支なからうと思ふは大層な考へ違ひてあります、處て夫れと反對に完全に發達させたいとする一心から餘り過度に仕すぎ教え過ぎる者も隨分世間にあるが之れも甚だ宜しくないのてす、要するに適當な方法をもつて腦の働きを完全にさせなければなりません

▲三ッ子の魂百迄も　元來善良なる精神の養生をなすには腦の機能をして完全圓滿に發達させなければならぬのてす先其手段としては良き習慣を養成させなければなりません、俚諺に三ッ子の魂百迄もと云ふ事があるが、之れは幼稚兒時代からして善良なる精神の修養をさせねばならぬ事を云ふのに外ならぬのてす、前にもお咄し仕て置いた通り小兒程早く癖のつき易いものはなく善き習慣にも、惡しき習慣にも忽ち染りますからよく／＼此點に注意しなければなりません、殊に親達とか保育者の任に當る者が少しても眼を放すと善い習慣にはならんて惡い癖の付き易いもの、夫れ故油斷は一寸ても出來ません

▲習慣は親の責任　て小兒を善良に導くのは世の教育家の任務とも申すべきて既に幼稚兒時代は幼稚園て教育をいたす故精神の修養法に就いては教育家の擔當する處てありますが、衛生上腦の健康を見るに置いては矢張醫師の立場から注意させなければなりません、故に小兒の精神の養生法は教育家と醫師と相待なければならぬが、併・夫れよりもモッと大切なるのは家庭に於て先づ善き習慣をつける事に親達が率先し實行して見せなければなりません是等の事に就いて親達の注意すべき例を次に述べませう

●腦の養成と感化力

▲親の感化力　家庭に於ける善良なる習慣は小供の精神を修養するに最大なる感化力を有するものてあるから總べて兩親が率先して良き模範を示さなければなりません、私は世間の母親から斯ふいふ樣な事を耳にした事があります「無我意な小兒て良い事も惡るい事も知らないものを少し位の事は何んな擧動をしたつて分かるものてすか」と、是れは餘り無責

任な申樣かと思ひましたが、分けても小兒は母親の感化を受けて、精神的母親の性質に似易いものてすから、母親が口善惡なく喧嘩好きて詰らぬ事を罵つたり、又愚痴など溢すと男兒ても女兒ても兎角其氣質を受けて母親の半面は寫出されるものてす

▲母親の氣質に似る　之れは續いて全く贅澤な所謂奢侈の風、又沈鬱なる氣質などは勗めて注意し「自分に惡い習慣のあるので夫れが小兒に迄惡い癖となり、將來を過まらせてはならぬ」と充分奮勵して親々自身の良くない癖を改良し小兒に示さなければなりません、腦の機能を宗全に圓滿に發達さすには是非共善良癖を付ける事が急務てあります

▲寄席、芝居の害其の他夜更しをさせて日が暮れても容易に寢せないのは腦の養生法に背いて居ります、一體此時代の小兒には尤も睡眠が必要て、眠る間には腦が休養するのてあります、然るに小兒を夜分寄席へなど連れて往つて大切なる睡眠の時間を徒らに過させて仕舞うのは何んたる心得違ひてありませう、寄席斗りてない劇場へ迄連れて行き「何うだネ面白いだらう温順しくして觀てお出て」など丶親自身が面白く感じるものだから、矢張り小兒も自分と同じ樣に面白からう、之を觀て精神を慰るてあらうと思はうが、夫れは至つて宜しくない大變な考へ違ひてあります、又寄席や芝居は時には精神上の刺劇を受け却つて完全圓滿なる腦の發育の妨げになります、まだ夫れ許りてない、斯樣な場所へ往つては長い時間も坐り通しに坐つて居なければならぬから之れも小兒發育の妨けとなります

▲郊外の運動　然らば精神の養生法としては如何なる事が尤も小兒を慰めるてあらうかと云ふに、郊外の散步などは至極良いのてす、天氣の良き日、野邊に出て丶小兒を思ふ儘に運動させる事は、芝居や寄席の究窟な事て、惡い空氣を吸つて長い時間坐つて居るのに較べたら、精神及び身體の爲め何れ程有益てありませう左もなくば春や秋の學校の運動會があつたら夫れを見せに連れて往くとか、斯ういふ快活

な事は大贊成であります

▲白痴兒の教育　幼稚時代の精神修養は家庭に於ける感化が大關係を有つて居りますが尚教育の方法としては事情の許す限り幼稚園へ入れて善良なる薫陶の下に美風を養成させる事を贊成いたします日本でも幼稚園教育は近來頗る進歩して以前と較べたら大に改善されて居るからヨシ幼稚園へ入れぬとしても其規定にならつて家庭で教育する事が必要である併し此處に憐むべき一種の不具な小兒がある夫は即ち白痴の小兒で、之は天然に頭腦の構造を誤つて居るのと、又病氣の爲めに變化したのとあります、孰れにしても此位不愍な者はありませんし況して其兩親の身になつたら何れ程悲哀くあるか、實に氣の毒に堪えぬのです、西洋には斯ういふ小兒を收容して、懇篤に、氣を練らして教育する設備があるが、未だ日本には是等の完全した場所の設けられぬは遺憾に堪えぬのであります、家庭に於て不幸にも斯る白痴の小兒を産けたら、其兩親は勿論、周圍の人々も充分氣を永く持つて、教育の方法も手加減をなし、愍れみを加へて何時も其の小兒は春風に接する想ひあるやうにして教育を施さければならぬのです

●身體上の監視

▲第一飲食物　小兒の身體を監視する事は片時も油斷して、目を放してはなりません、時には嚴重に注意して居つてすら、小兒の故障を直に發見することが出來ず、時經て知るやうな事が往々あります、夫れ故身體上の監視は無論兩親の自身に行ふべき事であります、一體小兒を育てるには他人任せや奉公人任せにすべき筈のものではない、ヨク〱事情の許さぬ場合なら、夫れも據ころ無い事だが他人任かせや、奉公人任せになると動もすれば身體上の監視を忽かせになし、到底兩親の注意には及ばぬもの、是れは何人も其の感があらうと思ふ、處ろで小兒の身體に對する監視は何んな風にするかと云ふのに、先づ第一が飲食物であります、素より飲食物は各其の小兒によつて親達が注意しなければならず、度合ひ

を見計らはなければなりません、食慾の平生より多く進み過ぎる時、又平生より減ずる時、斯ういふ場合には、必ず其子の身體に故障を生じて居る事を深く心を注ぎ、忽せに致してはなりません、俗に「ムラ喰ひ」をすると申すが是は餘程小兒の四邊のものにも注意してムラに食べる原因を研究し、何うしても身體に故障あると見たら醫師に診斷を受ける事に仕なければなりません、隨分遊びに屈托すると急いて食べて三杯食べる處を二杯にして戸外へ飛出すやうな事もあれば、又欲きなのであると度を過ごして喰べる、是等は四邊の誘因から「ムラ喰ひ」をするので病的ではないが斯ういふ事に迄綿密な注意を拂はなければなりません

▲食物の好き嫌ひ　夫れから小兒は或る場合に食物の好き嫌ひをして困るものです、好きなものと云へば夫ればかり喰べて外の食物を喰べません、斯ういふ事は身體の營養上至極宜しくないから、一方の食物ばかりに片ずまぬやう、親達の注意を要する事肝要であります、其他食物の事は家庭に居る時斗りでなく、戸外へ出て喰べた事を場合によつて親に話さぬ事がある、例へば毒だから喰べてはならぬと嚴禁して置いた不熟の梅實を竊に喰べたりする、斯ういふ事は、小兒が秘密にして置くのが多いが夫れを親達が心付んで居るやうては、身體上の監視に對し責任を全うするとは云はれません、先づ梅の實の結ぶ頃などには豫め小兒を敎訓して置いた上に尙綿密な注意を仕なければならぬ

▲睡眠の狀態　飲食物に次いで睡眠の狀態を良く監視しなければなりません、一體健康な小兒なら、快よく安眠するものであるが、夫れを如何にも寢苦しさうに、折々唸されたり、稀に寢言を云つたり、又甚しきに至ると寢惚けて床の上へ起きあがりサメザメと泣いたりする事がある、是れは身體何れの部分かに故障を起して居る爲めだから完全に敎育を遂げる健康の小兒とは認められない、不安の狀態か斯く頻々てあつたら醫師に相談する樣になさい、去れど

も之れは親達が小兒と一室に寢なければ何んな風にして眠て居るかを知る事が出來ますまい大切なる育兒を他人任せや奉公人任せに仕て置いては、何うしても小兒の健康は故障の起り易いばかりか、現に故障があつても親達とは注意の仕方が違うから、何うしても發見する事が遲く、誰にも目に止る頃になつて始めて氣の付く位のものです、夫れ故獨り睡眠の事のみてない我子の養育は必ず兩親の下に置てすべきが天然の法則て、人手に斗り任せるのは變則の育兒法と云はなければなりません

▲大小便の注意　夫れから第三は大小便てすが先つ大便の事からお咄し仕ませう、之は小兒に能く有勝ちてすが下痢する時など動もすれば親達に隱して居ります夫れは下痢したことを話すと何か自分の欲望を滿すことが出來ぬとか、禁じられて居た飮食物をした爲めとかて夫れが露現したら叱られるだらうと云ふやうな小兒心の考がへからヨク／＼烈く苦痛に堪へられぬやうにならねば親に告げないて居ることがある、之れは至極危險なことて下痢すると云つても普通の腸加多留か、夫れとも他に原因のあるのか、下痢した當時に早く手當をすれば快復の早いものを、時經た爲めに重患に陷らして仕舞ふ事がある、斯ういふ事は最も親の注意しなければならぬことて「何うも小兒の樣子が變だから、能く／＼聞正したら下痢して居た」と云ふ事など必ず御經驗のお方が澤山御度いませう

（續く）

●食養生に就て

此篇はドクトル メヂチーネ松本百之助氏の說かれし有益なる講話なれば茲に一部抄錄す



前略膓液の作用は、腸液が加はるといふと、矢張膵

粥中の蛋白質、澱粉、脂肪の消化を一層強めて、就中、蛋白質の消化を強めることが一層強いのである……膽汁では脂肪の消化を一番強める……、それから膵液中の職工（トリプシン、ステアプシン、糖化素）の出方が、矢張大變に都合よく行はれてゐるので、食物によつて違つて來るのである、即ち澱粉質が餘計に這入つて來ると、澱粉を消化する糖化素が出て來るので、これを前の例によつてお話すると、麵麭を食べた時分には、糖化素が一番に澤山に出て、肉であると、腸白質を消化するトリプシンが餘計に出て、又た脂肪い肉を食べると脂肪が多いものだから、脂肪を消化するステアプシンが餘計に出るので、牛乳であると、脂肪をも含み、蛋白質もあるから、その割合を以て、ステアプシン、トリプシンなどが出る、尤もまだその外に乳糖をも含んではゐるが、これは普通の澱粉と違つて、餘り糖化素を要せぬから、麵麭に比較するとその出方は極く少ないのである、してまた乳糖は前にお話した如く、その儘血液の中へ這入ることが出來ぬから、それを這入ることの出來るやうにするのには、腸液の中のラクターゼといふものが働くのである、恁ういふ工合に食物の類に應じて分泌物の性質が違つて、都合よく運ぶといふのは、全く神經の媒介によるもので、神經が中樞に報告した結果に外ならぬのであるそれから又た腸の方の運動も、矢張この神經に加減されて、目的に叶ふたやうに運動が起つて來るので、その運動の工合も大體前にお話した通り、食慾や精神狀態やて矢張左右せられるのであるから、それが正しく且平和に行はれるやうにしたならば、畢竟この腸内の消化の工合も、腸内の食物が下部へ送られる狀態も、大變に好い習慣がついて來るのである、これには一つの面白い例がある、前年余が郷里に歸省してをる際に一つの出來事があつた、それは丁度虎列拉流行の時であつたが人夫が患者の大便を集めて肥桶を擔いて通りかゝつた際過つて或家の門前で輸覆へしたから、サア堪らない、一面に時ならぬ山吹の花咲散

れ、何ともいへぬ妙な香りが立ちわたつた、といふと綺麗だが、實は皆さん御承知の通りてある、それは何うでもよいとして、その御馳走に預つた家こそい〻迷惑て、かね〲虎列拉は劇烈な傳染病と聞いてゐるものだから、宛ら早や病毒にも感じたもの〻如く思つたと見え、その日から揃ひも揃つて下痢を起し、家族が忽ち枕を並べた、かういふ場合に迂濶な醫者てあつたら、類似虎列拉とても誤診して、大事になるのてあつたらふが、幸に余はこれを傳へ聞いて、何のそんな馬鹿なことがあるものか人間は氣の持やうていろ〱な變化を受けるものだ、そう恐虞つかずに確然なさいと、ウンと氣を丈夫にさせたところが、現金なもので、忽ち下痢が止つて、うそのやうに床を離れるとなつたが、これ等は精神狀態て腸に變化を來す尤も適切な例證だろうと思ふ斯ういふ工合に、精神感動て下痢を起したり、又た平和に復すると下痢が止まるのてあるが、この下痢を起しつ〻ある際に、若し外から惡いものが這入つて來ると、謂ゆる嘘から出た誠とは、些と無理な譬喩だが兎に角マアさういつたやうな鹽梅にて續いて眞の病氣になることがある、即ち下痢が起つてゐるのは、腸内に平和の破れてゐるためて、虎列拉又は腸窒扶斯の黴菌ても、或は赤痢の病源ても、侵入する機會があると、こ〻に威力を逞しうするに到るのてある、また消化にくいとか、腐敗したとかの食物を食つた時に下痢の起るのは、誠に幸な出來事てあつて、若しこんな場合に下痢即ち腸内容の排泄が起らないと、腸を過勞させたり、又は腸内に腐敗作用が起つて疾病を醸すとがある、それに若し上述の如き有害の病源が加はつてゐたりなどすると、それこそ由々しいことになるのてあるから、下痢によりて有害物の除去が行はれるのは、實に天賦の防禦作用と言ふべきてある、て、上にお話した如き傳染病が起つた後に下痢の現はれるといふのも、一はこの防禦作用の尙ほ廢棄されざるものがあるからなのてある、何故かといふと、各種の病原菌などは毒物を形

づくつて、これが若し排除されずに皆血の中へ侵入するとなると、全身容態の一層險惡になるのは、醫師が日常經驗する所であつて、且また單純な便秘の際てさへ、いろ〳〵な症狀の起ることのあるのは、既にお話した如くである、それから矢張精神の持方て、日常の便通に一定の關係があるといふことも、前にお話したが、「自分は何うしても三日目でないと大便が通じぬ、四日目でなければ通じぬ」といふやうな感覺のあるものは、實際上も亦その度數が減つて來るといふのは、神經の調和が行はれぬと、便通の工合が變つて行く實例である、それに今一つ腸に巧妙な點がある、その例をいふと、試驗上腸管の一部に脂肪を入ると、よく腸管壁の乳糜管内に吸收せられる、脂肪球は比較適大なるものであるのにこの通りであるが、これよりも餘程細かな炭粉即ち墨汁を腸管内に入れても、決して吸收はせられぬのである、即ち腸粘膜の表面にある細胞は、物を選擇する靈能を備へてをつて、脂肪球は身體に用があるから收容するが、炭末は不用なものだから排斥するのである、さて長々と食慾論に就てお話したが、最早食事をしたゞけの甲斐のあるやうに、巧く食べるといふことの必要が、よくおわかりになつたらうと思ふから、この邊で切り上げて、健康者に就て、何ういふ物を食つたらよいかといふことをお話することとしやう

それて身體内の物質消費の度合が略ぼ體重に比例してゐるのは、大體の規則であつて、體重の大なる人は、體重の少い人より多く養料を取らねばならぬので、即ち體重二十五貫三十貫といふ力士が、その身體の現狀を維持せやうとするには、十四五貫の通常の人よりは多量の營養分を要し、十四五貫の男子はまた十二三貫の女子より多量の食餌を取らねばならず、大人はまた小兒より多くを要するのは無論のことである、併し細かくいふと體重以外に身體の表面の大小といふ點にも斟酌せねばならぬので、これは畢竟前の規則の但し書きともいふべきものであつ

て、身體の表面を體重に割當てゝ見ると、體重少なく身體大なるものは、その重きものよりも比較的に大きいので、その割合に應じて身體が溫度を失ふことも比較的多いので、その溫度を造る燃料も、體重に割あてたよりは、即ち餘計に入る譯で、小兒が體重の割合にすると、稍多く食物を取るのは、この理由に因るのである、その他初生兒から丁年に至るまては、身體の現狀維持だけではいかず、その上に發育を遂ねばならぬのである、且また小兒が好んで遊戯し走りまはる時には、そのためにも單に體重に割當たよりは多く食物が入用となるので、婦人でも、姙娠中はその胎兒の發育のために、授乳中は乳汁の製造分泌の爲めに、體重の割合より餘計に滋養物を取らねばならぬのであつて、十二三貫の女子が、十四五貫以上の健康な男子の相應に運動するものと打勝つほどな食物の入用なことがあるが、差當り初生兒、小兒、姙産婦などの食物は、産科婦人科小兒科の方の講演に讓ることゝしやうが、尚ほ但書の序にいふと、冬と夏、寒國と暖國とでも區別があつて、凡て寒い時には體溫を失なうことが多いから、體溫を失なうことの少ない夏よりは、澤山に食物が要り、又た寒い時には身體をだらしては益す寒いが身體を動かすと體溫の發生が多くなり、暖爐、炬燵と身を庇ふ場合の外は、身體を勞役した方が寒に堪へ易いものだから、比較的に誰しもよく運動するが、この運動によつて勿論それだけ多く養料が入る理である、即ち寒帶地方の人の勤勉な習慣は、衣食住の配慮を要するからであると同時に、やがてこの理窟から出たことである、これに反して熱帶地方の人などは、體內に造溫が強くては却つて工合がわるく、それに隨分一褐一食流で遣つていけるから、自然惰け易くなるのである、で又た言ふまでもなく、勞働者と安逸者とては、運動の關係上その割合上の區別があつて、小男の大飲喰ひといふこともこゝから起つたので、同じ長大な者でも勞力するものと、宿屋の主人であるとか、料理屋の主人であるとか、帳場

に座りこんで眼ばかり光からすとか、長火鉢の前て長羅宇でも捻くり廻してゐるとかいふ者とは、無論その食量に相違があるべき筈なのである

又た學者技術家商人等て、假令身體を強く勞役せずとも、平常腦を使用してゐるものは、體質が似てをつても隱居生活をしてゐるものに比べると、比較的多くの營養分を要するのである、さて大體をいふと、一晝夜に起る物質消耗を補ふには、體重一基瓦（一千瓦は我が約二百四五十匁）に就き、四十乃至六七カロリーの營養分を與ふれば可いのである、一寸この勘定法を說明して見ると、一カロリーといふのは、攝氏零度の水一基瓦を攝氏一度だけ暖むる溫量をいふので、食物中の蛋白質でも脂肪でも、抱水炭素でも、皆これを標準として勘定するのである、即ち蛋白質および抱水炭素は、その一瓦は四・一カロリー、脂肪一瓦は九・三カロリーを發生するのてある、てわれ〳〵の身體の細胞を構造してゐる主成分たる成形原質は蛋白質てあるから、是非共一定量の蛋白質（脂身のない肉は重に蛋白質と水分てある）を食ねばならぬのてあるが、彼の消耗を蛋白質のみて補ふといふことは、一時は兎に角、永くは出來ぬことてあつて、且永く蛋白質のみを攝てゐると、壞血病其他重大の病變を起しもするし、厭が來て口にも適せぬやうになるのである、といふて、脂肪のみてその消費を全く補ふことも迚も出來ないのてあつて、脂肪は一日五十瓦乃至百瓦以上は、決して體內に應用せられ難いのである、即はち脂濃いものはさう無暗に食ふことの出來ぬのは、誰も皆知つてをらるゝてあらう、只身體を勞働させる時、即ち筋力を使用する時には、脂肪が善く費され、且上に述た如く溫度をよく發生するものてあるから、寒い時には是非食ねばならぬのは、言ふまでもないことてある、それから抱水炭素といふものは、澱粉類、砂糖類の如きもので、米飯には蛋白質を含んてをらぬ譯てはないが主に澱粉質てある、て米飯は日本人などては、日常多量に用ゐられてゐるから、體內に非常

に多量に保たれてゐるかといふと、これは意外にも甚はだ少なくて、肝臓や筋肉軟骨などの内に、グリコゲーンといふものになつて少量に存在するのと、血液（大人には全量およそ二升程である）中に葡萄糖となつて、およそ其の千分の二位しか含まれてをらぬので、これ等を食物として攝つた時の量に比べると、實に少ないのである、恁ういふ次第だから、抱水炭素が身體細胞の構成に與つてゐる度合は、蛋白質とは到底比べものにならず、脂肪も然うだが、抱水炭素は決して體内で蛋白質に變化することは出來ないから、抱水炭素のみで、身體を維持することが出來やう筈がなくまた身體内の消耗に一致するだけ多量の抱水炭素を體内に入やうとすると、非常に嵩高くなつて、腸胃が迚もこれに堪へきれないのである、但し通常の場合に抱水炭素は、例へば米飯又は麵麭として比較的多量に食せられながら、その體内に甚だ少なき所以は、温度製造その他に盛んに使用されてゐる證據で、一定量までは、是非共食せねばならぬのである、殊に筋力の始終使用せらるゝ場合には、抱水炭素の消費は實に盛なもので、營養の上からいふても、また方面は違ふが經濟の點からいふても、この抱水炭素があるので都合よくゆくのである、即ち蛋白質を多く含んでゐる食品は値段にしても高いが、これだけでは營養上の都合がわるいから、若しこれに脂肪を加へて、蛋白質と脂肪のみで遣つてゆくと、矢張前述の壞血病や痛風が病み出され、また食慾もなくなつてしまふ、所がこれに抱水炭素を加へると、蛋白質も脂肪も少量を取つて事が足るやうになつて來るが、抱水炭素を多く含んでゐるものは植物性の食品であるから、市價も甚だ廉で、即ち勘定づくからいふても、好都合であるので、無論營養上もこの取合せが頗る肝要なのであつて、これはおひ／＼に話が進むに伴れて明白になつて來る

さて以上の蛋白質や、脂肪や、抱水炭素などはこれを滋養素と名づけて、これ等の物をいろ／＼の比例

て含有してゐるものを、即ち滋養品といふのである、だからこの滋養品を取合せて、金錢上および經濟上適當に配合して食品を造らねばならぬとは、言ふまでもない次第だが、その外に水分、鹽類の適當なものが甚だ必要なのである、それから又た嗜好素といふものがある、これは食物を旨く食はすものであるが、滋養品を調理して食品を拵へる時に、滋養素から自然に出來ることもある、例へば肴を燒くと表皮が焦げていゝ香氣のあるものが出來、肉を羹にすると汁の中に矢張香氣と美味のあるものが出來、又た豆類を炒ると矢張これを食易からしめる香味のあるものが出來るのである、それから又た、嗜好素の集成したもので、已にその目的に出來てゐるものがあつて、これを嗜好品と名づけるのであるが、醋、醬油、食鹽、山椒、胡椒、辛子、唐辛子、茶、咖啡等の如きものは、即ちそれなんである、又た滋養品たると同時に嗜好品として取らねばならぬものがある、それは何であるといふと、味噌、砂糖などはつまりそれである、この嗜好品を適當に用ゐて、何でも食物を旨く食べるやうにせねばならぬといふことは、前段の話で食慾が如何に大切なものであるかといふことを知られた人々は、今更說明するまでもなく、已に御會得であらうと思ふ、但し念のため御注意をして置くが、胡椒、辛子等の謂ゆる香料を過度に取るといふと、肝臟硬變だの、腎臟、心臟、腦等の疾病を釀すことがある、さて話頭一轉してこれから一つ肉食論と菜食論に就てお話して見やう、牛肉、鷄肉、魚肉、卵類等動物性の食品の主成分は、蛋白質であつて、中には又た脂肪を含んでゐるものもある、豚肉や鰻は脂肪に富んだもので、鷄卵の卵黄へも脂肪を含んでゐる、尤も少量は鹽類をも含んでゐるが植物性の食品に比べると、カルシユーム鹽類が少ないのである、ところがこのカルシユーム鹽類は骨の形成に甚だ必要なものであるのである、又た動物性の食物は、抱水炭素を全く含んでゐなかつたり、縱し含んでゐるとしても甚だこれに乏しいので

ある、動物性の食物は可いとは言ものゝ、この樣に養滋素の含まれ方が一方に偏してゐるから、人間がこれのみで生活の續けてゆけぬといふとは、實驗上明白な事實であるのである、所が牛乳、羊乳、人乳等は、各種の滋養素が相應な比例で含れてゐるから、これだけは動物性食品中でも人體を永く養ふとが出來るのであるが、この牛乳が日本では甚だ不廉なのは殘念なといはねばならぬ、獨逸などでは、物價は大抵の物が日本の五倍乃至十倍であるのに、牛乳だけは日本よりも廉いのである、だから下女などは、日本で茶漬に澤庵といふところを、麪麭と牛乳でその日を送つているといふ有樣、これは實に羨ましいことで、日本でも需用が廣くなつて來た牛乳の如きものは、勉めて廉價に且得易いやうにしたきものであるのを、今日の樣に贅澤物視されて、牛乳を少し許り飮でゐると、大變に滋養物を取つてゐるやうに思ふのは、寧ろ笑ふべきとである、さて肉食のみで生活の出來るものは、肉食動物のみてあつて、如何なる肉食論者でも、肉類のみを取れと唱へる者はあるべき筈がなく、只成べく多く肉類を食せよ、植物性食品のみではいかぬと言ふまでゞある、凡て過度の時代には、考が一方に走り過ぎて、日本人には肉類の食用が少ないといふと、體重の標準にも頓着なく、無暗に肉類を取ればいゝやうに速斷して、患者の内には、私は養生は十分してゐる、肉食などは過度な位にやつてゐるけれども體質がよくならぬ、或醫師の奬めによると寧ろ澱粉質を多く食した方が、身體が肥るといふとであるが、何うしたものかなどゝ相談を掛る人もある、これは實に誤解のいゝ例證でなる、何故かといふと、急に肉食を餘計にすると、その蛋白質が體内に附着するか何うかといふと、突飛に增した場合には、この餘分の蛋白は、體内で分解せられて尿中より體外に排泄されるので、畢竟標準なしに突飛に增したゞけの肉類は無駄となつてしまふのである、單にそれ許りではなく、この無益の分解の起る時には、同時に抱水炭素や脂

肪までも誘うて分解するから、随分不利益なものであるのである、さりとて又た急に澱粉食に急に變るといふのも惡いので、屢ば胃腸の變化を起すとがあつて、小兒などは過敏な胃腸をもつてゐるから、人乳や牛乳の代りに、おも湯や、葛湯の薄いのや、以前摺り粉と稱へたもので代用しやうとすると、吐瀉を起したり、營養不良になつたりするとは決して稀なとではないのである

そこで澱粉は何ういふものかといふと、消費せられた餘剩は脂肪に變つて、脂肪肥滿を來すとが出來るものではあるが、これとて標準なしに濫用して良くないのは、言ふまでもないとである、總て肉食の方に傾いてゐるものが、急に多量の植物食を取ると、第一便通が頻繁になり、これに反して、植物食に傾いてゐるものが急に肉食に變ると、便通が減じたり、また腹工合が惡くなつたりして、度が強くなると、種々の病氣になるのである、併し動物體内の狀況は習慣によつて一程度までは天稟の性を撓めて、而かも健康狀態を保つとが出來るもので、元來肉食動物たる犬猫でも動植混合食が出來るやうになり、それのみならず、漸次植物性食品のみにも慣るとが出來るやうになる、でまたこの反對に、草食動物でも混合食にして相應に肉食を取ることを得るやうにするとが出來るものもあつて、本來肉食論や菜食論に就ての試驗は、この習慣といふ點を考へて、長時日に亘つて研究せられたものでなければ、斷定を下すとが出來ぬのである、歐米の醫師や研究家は、久しく肉食論を固執してゐて、今日でも尙植物製食品のみては天壽を全うするとが出來ぬと考慮へてゐるものもあり、植物性食品を以て試驗して惡い成績を得た報告なども少なくはないが、全體彼地の人は日本人などに比べると、大抵多く肉食の方に傾いてゐるのであるから、その試驗の成績を直ちに一般に及ぼすとが出來ないのである、恰度酒を論ずるに當つて、上戸黨のみに就て得た成績を、下戸黨にも同樣に斷定するとが出來ず、是非猪口に一杯か二杯かで參つ

ィ仕舞ふやうな人に就ても研究して見んければならぬのと、同樣の次第であつて、彼樣に一方に偏した思想を以て、輕々に速斷するのは甚だ間違つたことで、肉類を多く食してゐるものでも、肉類のみでやつていけぬことは、歴々たる試驗上の證據がある、だから亂暴な肉食論は無論贊成が出來なないのである、これに反して菜食の方は何うであるかといふと、日本では菜食のみで十分に健康狀態を保ちて、却つて普通の人より高齡に達したのが少なくない、と慾ういふだらう諸君は直ぐ肉食妻帶をせぬ僧侶を聯想せられるであらうが、斯やうな桑門者流でなくつても、田舍へゆくと年に幾度と數へる程しか肴を食ないにも拘はらず、長壽健康で一今時の者は肉食遊惰であるから自體が生弱い昔は〳〵」と例の十八番を極めるのを見受けるのである、すると又た机上の肉食論者は、中にはそういふ者もあらうが、菜食許りしてゐる者は色が蒼白い、若また蒼白くないのがあつたら、それは日に焦げているのであるなどと、牽強附會の說を吐くであらう、これは取るに足らざる生噛りの議論で、血液は肉類から出來るかの如き誤想から出たものである

宇都宮支會
臨時大會景況

宇都宮支會は今回同市に於ける貴女紳士の熱心なる盡力により去十七日神嘗祭の祝日を卜し戰後の發展として特種の臨時大會を開きたり當日は豫て支會の懇請により濟尾副會長には總裁殿下の御諭旨を帶びて幹事岡田博士夫人とく子同令嬢評議員丹波藥學博士夫人貞子評議員長谷川工學博士夫人仲子講師として丹波藥學博士及支會より出迎として前日より出張せられたる山內種樹子及本會編輯員の一行にて岡田醫學博士には患者診察の都合により一と汽車後れて參會せらるゝことゝなり一行は當日午前七時三十分汽笛一聲と共に濃霧こまやかなる上野の山を後にして

出發せり九時頃小山に着きし頃は霧雨も降り來ん氣合ひなりしも十時頃よりは濃霧全く晴れ渡り天候も快復せしぞうれしけれ

十時半宇都宮に着せば早や支會長久保田知事夫人柴田縣立病院長夫人安井裁判所長夫人向井檢事正夫人實業家菊池前會長同前副會長小口夫人植松警部長夫人笠原共立病院長夫人中山病院長夫人等の各役員及今回栃木縣知事に新任せられたる濱尾令夫人の令弟久保田知事を初め縣廳の諸氏にも出で迎へられ一同車を連らねて知事官邸に到着せり十二時十五分には岡田博士の來着せらるゝ豫定なりしかば菊池より子中山喜久子の二氏及同地縣立病院長私立病院長等醫家諸氏の出迎へあり一同官邸へ到着後一行はいと鄭重なる知事の饗應を受けたり支會總會々場は知事官舍に隣れる議事堂を以て之に充て入口には大國旗を交叉し總會々場の文字は筆太に記されたり縣廳は又其隣りにありて本道は官邸より少しく迂回せるも程遠くもあらねばとて饗餐後何れも徒歩にて參會せり縣廳前一帶道路の兩側は櫻樹の今しも紅葉していと珍らしく恰も楓樹の間を歩するが如し蓋し氣溫の然らしむる處か、案內につれて縣廳の樓上なる設けの席にて小憩久保田支會長には一々支會役員を紹介せられ夫れより議事堂なる會場へ臨席せり來會者は約六百名に達し滿場立錐の餘地なき盛會にして當日の總會順序は左の如くなりき

總會順序

一明治卅九年十月十七日(神嘗祭)午後一時開會
一開會の辭
一御諭旨
一答　詞
一功勞者に謝狀を呈す
一演　說
　　東京帝國大學醫科教授　神野勇三郎
　辯士
　　藥學博士　丹波敬三
　　東京帝國大學醫科教授
　　醫學博士　岡田和一郎
一餘　興

一閉　會　　以　上

總て豫定通り進行し幹事須賀えい子の開會の辭あり(別項參照)次に濱尾副會長には御諭旨を奉じて演壇に上らる一同起立最敬禮を行ふ此時君ヶ代の奏樂ありて左の如く朗讀せられたり

總裁殿下御諭旨

大日本婦人衛生會宇都宮支會はこのたび臨時大會を開きその擴張を圖らるゝと聞き周子洵に之を喜ぶ惟ふに人生衛生の切要なるは言ふ迄もなく婦人の之に關して務むべきこと甚だ多し會員ますく〵心を同ふし力を協せて好果を收めむことを望む

明治三十九年十月十七日

私立大日本婦人衛生會總裁東伏見宮妃周子

一同最敬禮を行ひ支會長は之を柴田副會長に授く次に宇都宮支會長左の通り奉答せらる

私立大日本婦人衛生會宇都宮支會總會を開くに方り特に

總裁殿下御名代の光臨を辱ふし優渥なる　御諭旨を拜す本會の光榮何ものか之に加へん　不二子等同心協力倍本會の擴張に努め以て令旨に副ひ奉らんことを期す謹て奉答す

明治三十九年十月十七日

私立大日本婦人衛生會

宇都宮支會長　久保田　不二子

次に濱尾副會長には前會長、副會長に對し鍋島本會長よりの謝狀を授與せらる

本會宇都宮支會の爲め會長(副會長)の任を負はれ戰役中は格別御盡力に預り効績尠からず今回御辭任の報に接し茲に謝辭を呈し候敬具

明治三十九年十月十七日

私立大日本婦人衛生會々長侯爵夫人鍋島榮子

菊池より子殿

古口とみ子殿　各通

右終りて奏樂あり次に久保田栃木縣知事の祝辭神野勇三郎氏の室内空氣に關する演說丹波藥學博士の演說等ありて暫時休憩を報じ蓄音器の餘興あり次に岡田醫學博士の寒冒に關する演說(何れも別項參照)及び蓄音器數番の餘興ありて四時半頃一同散會せしが宇都宮支會ありて以來の盛會なりき

本日此盛會を來せしは支會長副會長は勿論幹事評議員を初め柴田縣立病院長神野勇三郎渡甚三郎其他の諸氏が直接間接に日夜熱心なる奔走によりたる結果にして本會の深く感謝する處なり尚役員諸氏が如何に熱心に盡力せられしかは入會者の紹介によりても知らるべし尚役員一同には爾後ますく同志を勸誘せらるゝ筈なればやがて同支會の發達期して待つべきなり

會員紹介數　（特）は特別會員（通）は通常會員紹介數なり

會長	久保田不二子	（特一、通、十四人）
副會長	柴田しづ子	（通、七拾人）
幹事	石田つね子	（通、五人）
同	植松ゑい子	（通、三人）
同	福井よし子	（特三、通十三人）
同	河合秀子	（特二、通、五人）
同	高崎うた子	（特一、通、一人）

（第一回報告入會欄參照による）

外に行森、内井、神野、望月諸夫人各一人

總會終りて本會役員の一行は再び知事官邸に歸着し岡田丹波兩博士には同市なる醫學者連の宴會に赴かれ知事官邸にては本支會役員其他總會の爲め盡力せられたる左の諸姉四十餘名列座にて盛んなる饗應ありたり何れも打ちくつろぎて會食せり當夜饗宴に連りし支會の諸氏は左の如し

幹事	福井よし子	幹事	須賀えい子
同	石田つね子	同	行森やすじ子
評議員	安井よしの子	評議員	藤沼きみ子
同	向井やす子	同	菊池より子
同	笠原小常子	同	小口とみ子
同	中山喜久子	同	河合ひで子
同	植松えい子	同	神野まつ子
同	望月とく子	同	小山もと子
同	江田せえ子	同	岡田えつ子
	中里やす子		石原みわ子
	水野しげ子		渡きんじ子
	佐藤みち子		吉住ため子
	矢野まも子		田野邊ふじ子
	田中せき子		中津川まつ子
	堀内くに子		安西ひで子
	渡邊きん子		（順次不同）

宴酣にして女流筑前琵琶の妙手として聞えある橘孃の演奏ありて各々歡を盡せり本會役員諸氏には一

泊せられ丹波岡田兩博士及編輯員は同夜七時三十分の汽車にて歸京の豫定なりしかば車を飛ばして停車場に至れば支會長を初め役員諸氏七八名見送られ男子には柴田縣立病院長右川堂渡病院長牧山栃木縣技師神野病院長植松栃木縣事務官其他の諸氏は早やプラットホームにあり支會より豫て準備せられたる汽車に投じ萬歳聲裏に宇都宮を發車し午后十一時三十分上野に歸着せり濱尾夫人の一行は序を以て翌日日光觀楓の豫定なりしも雨天のため遲く出發せられ日光廟拜觀は初めての方もあれば警察署長の案内にて内宮まで參詣せしが紅葉は途中汽車にても可なり見られ山内も大分染め居りて美くしく一行終列車にて歸京せられしが宇都宮停車場發車の際は役員多人數見送られ辨當の用意並に土産として菓子折梨の籠入など送られて尚長谷川某氏を東京迄附き添へられいとも〱懇ろに待遇せられたり茲に本會は深く支會役員及官民諸氏の厚意を謝す

* * * * * *



宇都宮支會總會に於ける

開會の辭

幹事　須賀えい子

速記にあらざれば語尾及字句の變化は免れず以下記する處の數氏の演說亦同じ讀者之を諒せられよ

丁、丁、記

さて只今から婦人衞生會宇都宮支會總會の開會式を擧行致します夫れに付一寸と一言申上升皆樣も御承知の通り日露の大戰爭は固より　天皇陛下の御陵威によるとはいへ一には陸海軍人の功武なると國民後援者の一致團結によりて連戰連捷の內に芽出たく凱旋しましたのは婦人の身ながら誠に喜ばしいことで御座います

戰時中は此會も休會致して居りましたが平和の今日衞生の事は固より必要の事でます〱發展せねばならぬので今日皆樣方の御盡力により神嘗祭の祝日に此盛大なる會をひらくに至りましたのは會長副會長

を初め會員諸氏の非常の御よろこびと思ひ升殊に此度の總會には本會總裁の宮殿下より特點を以て優渥なる御諭旨を下されまして濱尾令夫人初め幹事岡田令夫人評議員長谷川令夫人評議員丹波令夫人の御三方が御出で下されました御醫者の方には帝國醫科大學教授丹波藥學博士岡田醫學博士が何れも御寸暇なきにかゝわらず態々東京から御出になりました質にコー云ふことは我衞生會ある處是迄にない事て吾れ〳〵も誠に喜ばしく厚く感謝致します

夫れから衞生支會の成立に就て申上升が此衞生會が今日やう〳〵出來たかの疑ひが御座いましやうが是れは明治三十四年二月設立しまして規則にもある通り毎月一回例會を開き總會には會員の交情をあたゝめんが爲め懇親の方法を取りつゝ三十七年五月迄勵行致しましたが大戰爭の當時は衞生會も多少遠慮せねばならぬ有樣故休會して居りました譯で當時縣下には愛國婦人會篤志婦人會婦人同情會など相ついて起りそれ〳〵特長の腕を振つて軍隊輸送や傷病者の慰問戰死病者の會葬等にて何れも自身の事を擲ちて奔走して居りました其間衞生會は何にもせず茫然として居つたかと云ふにソウてありません假令ひ會の名稱は違ひましても土地の狹まい事でありますから會員は皆同一て自然衞生會は沈默を守つて居つたので今や平和と共に他の會も皆活動をやめましたから是れからは衞生會の活動すべき時期て富國强兵の基を示すには一大發展をせねばなりません一時は僅か四五十名の會員となりましたか今回皆樣が御盡力のため百二三十名に達し今は二百名に垂々として居りますこれ皆樣方御盡力の然らしむる所で今後とも戰捷國の日本女子としても一と廉の事業が出來る樣平時に衞生の研究を心掛け戰時には之を應用して國家前途の爲め大に盡さねばならんと思ひます

それから衞生會の休會中とても毎月本會より送らるゝ雜誌は會員に送りつゝありまして恤兵の爲めの寄附一回毛布一回傷病兵の帽子寄送や軍隊歡迎の提灯國旗の寄附及凶作地への義捐等を致して居りまし

たから本會はつまり休會致して居りましたが內實働らいて居つたので知事より毛布寄附の賞杯を頂戴したこともありました委細のことは申しませんが規則をよく見て御賛成の方は恰も旭の天に昇るが如く續々御入會の上盡力になつて戰捷國婦人の義務なる感念を以て國家有事の爲に盡されん事を御願申上ます云々



宇都宮支會に於ける
久保田栃木縣知事の祝辭

本會の成立經過今日の總會の事は先刻役員の方が詳細說明せられたから最早繰返す必要なし只身職を本縣知事に忝じた以上衞生の事は大に責任を有するを以て本日の盛會に當りて一言の祝辭を述ぶとの冒頭を措き國家は法律規則等によりて國民の健康に盡力されて居るが故に此點に對しては遺憾なしと云へども只吾れ〳〵が其職にありてます〳〵發達せしめたいのは個人の衞生である男子は外部にありて學問に經驗に衞生思想が自然發達して居るが婦人は尤も必要なる衞生上の學術演說等が進んでいないが爲め或は男子に劣る點はないかと思ふ御承知の如く婦人は家庭の衞生即ち臺所の衞生の如きは關係する所尤も深く男子は外部にのみあるのですから家庭の衞生が出來ていなければ實に不幸な事でいつもあなた方の衞生機關に左右されるのである

將來諸氏が一家の衞生の事を充分研究せらるゝ事は實に富國强兵の基ひにして我國民の戰さに强いのも又衞生より起るので常に戰時の心掛を以て盡力せられんことを望むと延いて支會發達に關する希望を述べられ且曰く本日は本會より御多忙の方々が御出になり又總裁殿下の御諭旨を賜はりたるは全國に稀れなる特典で殿下の衞生の道を重ぜらるゝ事は誠に感佩の至に堪えませんが玆に宇都宮支會は重大なる責任を負はせられたるのであります

故に一言祝辭と共に將來の希望を述べ遠來の方々に

は感謝を述べます云々



室内の空氣に就て

宇都宮支會講師　神野勇三郎付

本會講師として總裁殿下の御諭旨を拜しましたのは光榮とする處であります私は一寸と十五分間ほど室内の空氣に就て申上升だん／＼冬季に向ますと吾れ／＼健康體にとり至大の關係をもつて居る空氣の善惡は室の内外によつて差違がありまして大氣は二十一容の酸素と七十九容の窒素とよりなり炭酸と水蒸氣とオゾンなども含有して居ッて須臾も欠くべからざるもので一日の量は九千リートルで固形流動の食物よりは三千倍量である然るに冬季に向ふと燃燒産物を受けるから酸化炭素の分量が多くなります第一に火燵、火鉢の火、料理場の竈の新炭又は光線を取る石油蠟燭、瓦斯、洋燈の炭酸即ち酸化炭素が澤山に製造されます此酸化炭素は血液の變化を來し多くは頭痛がして耳がなり人事不省に陷り大量になると遂に死にます大抵千分の一乃至千分の三位でありましては格別大した事はないが七以上になると多くは炭酸の中毒で耳鳴や頭痛がして眼の先がチラッキ人事不省になることは片山博士の水死者實驗の例により明かなり又近來緒方博士の調べられし南京鼠を丁度火燵の布團をかけたる炭酸〇、三又は四の空氣をは鼠を金網に入れ又夫れを箱に入れ其上の方より硝子ごしに見ていると炭酸に富みたるものは鼠が痙攣を起して前足で驅け廻り遂に四分乃至五分九分又は十四分にて死することがある

斯の如く室内の空氣がだん／＼冬季に向ふと變敗して血液の中毒を起し血液のヘモグロビンと酸化炭素と結び付いて酸化ヘモグロビンが出來ます是れは試驗をして見るとよく分かる此酸化炭素に富みたるものは皆有毒で著るしき毒の證明が出來て居るから室内の空氣は永くたつと不潔になりますから新鮮の空氣と交換するを要します故に室内の空氣は變敗したる炭酸及酸化炭素を始終交換せねばならぬ就中學校

の如きは一時間授業をすれば生徒を運動場に出し變敗の空氣を排出せしめ兵營なども規律正しく勵行して居るのです其外監獄では早死すると云ふことである何故かと云へば普通の人は千人に三十又は三十五人の死亡なれども監獄では千人の內七十から八十で是れは運動不足と空氣の不良に歸着するので今日の監獄では迚も天命を全ふすることは出來ぬ是れは老敗した空氣のために短命となるのである吾れ〳〵は大部室內生活が多いのであるが左程の害を及ぼさぬのは蓋し壁と障子によりてよく空氣の交換が出來るからである一人一日の炭酸の量は二十二リートルを排出するが故に吾れ〳〵の健康を傷こねることが多い殊に婦人は多く室內にありて運動も少いが北とか光線の通らぬ處には醫者が往來するので御婦人の健康は國家が健康だと申して居りますがナポレオン一世の戰略として婦人が健康なれば戰さが勝つと云ふことが西書にあるが眞に然りで此衞生會の方々は御承知でもありましやうが肺臟皮膚より排泄する處の炭酸瓦斯及室內の燃燒產物は不良なるものであるから成るべく新鮮なる空氣中に運動することを偏に希望する處であります云々



國民の健康に就て

宇都宮支會に於ける講話題名は記者之を附す

藥學博士　丹波敬三君

前略先程も御話しがありました如く今日の日本は以前と違ひ世界の强國となり世界の一等國となりまして亞米利加や佛蘭西獨逸等と對等の交際をせねばならぬので他の國々は總て財產もなにもかにも手が盡せて只今の位置を保つて居るのでありますが日本などはソウでない戰勝の結果其位置に据えられたのであるから大にむづかしい殊に財政の事にしても家內中の事ならドウにてもキリツメもするが外に向て名譽を保ち交際をして行かうと云ふには夫れ丈の事をしてゆかねばならぬ一度海外へいつたならばヂキニ

わかるが今日仝席の國々は皆富んでいる之れと交際をせねばならぬので財產があれば苦しい事もないが然らざれば非常に困難である例へば一等國となれば各國から大使を日本に置かれる然るに私しの國は公使より送られませんと云ふことは出來ぬドンなつらい思ひをしても相當の交際をせねばならぬのである然らば之をするにはドウしたらよかろうかと云ふに日本國民が十數倍も國を富まし財產をこしらへるのてコレは國民の健康が元になるので健康によりて財產も名譽も得られるのである

日本の東京のひどい處では明治三十六年の統計によれば千人に付三十三人から三十五人の間の死亡てある此近縣なる群馬縣の如きは一番ひどく東京と同じ數で本縣の內でも中以下の處て千人に十八人强水戶埼玉が二十人横濱が二十一人之を集めると日本全國九十二万ばかりの死亡數である之をたとへば十人に一人病氣する者として九百十二万からの人がわずらう此人間が平均二十錢宛働くとしても百八十二万圓に達すと尙詳細統計的に病氣の損害を說かれ要するに國民の病氣が少くなると夫れ丈の金がふへるのであるから病人は成るべくこしらへぬ樣にせねばならぬ之をするには只婦人方のみに依賴せないそれにはいろ〳〵救助法もあるが併し婦人の力は强いもので凡ての男子の力は婦人に壓せられてある亞米利加の國であると婦人は獨立獨步の氣象に富んで居るから男子もこれに倣い單身工業其他の業務をひらき期せずして女子の氣象に一致する又英吉利の婦人は唯一の旅行ずぎて其外運動や舟に乘ることが好であると男子も自然之に感化されて英吉利では男女とも舟に醉ふなど丶云ふことはない之に反して獨逸の如きは婦人の室內に居ることが多いから男子も從ツて比較的散步や運動をしないと云ふ樣に何れも婦人の性質が國民の性質となつて居るようであるから富國强兵策にはこれは是非講究せねばならぬのである夫れに就ては西洋の文明に日本の文明も加へて日進の道を踏なければならんが西洋から利益を得て居ることは

勿論澤山てあるが又之に伴ふて弊害が夥しい極く端近の事を申せば今日は一寸としても眼鏡をかける今は昔と違ひ細い書物を讀むからむりもない處もあるが昔しは老眼になつて初めて眼鏡をかけたが近來は近眼が非常にふへた万止むを得ざるものもあるが是は男子ても婦人ても遺傳するので若い間眼鏡をかけねばだん〳〵癒るのてあるが併し今日の風潮てはソウ云ふ事を勸めるてなく眼鏡がないと體裁が惡いと云つて眼鏡をかけて目を惡くする夫れ丈ならマダいゝが遂には子孫に迄傳はる樣になる又此冬になつたにしてもエリマキなどをする實際に寒を凌ぐならよいが實は形容て決してよいものてない是れが爲め外氣に堪へる力が弱くなる西洋人などが夏海水浴に行きて若し背中などを日光にさらしたならば忽ち火ぶくれがする又足の如きも外出して靴足袋が濡れたり室内の閑隙から風が來たりするとすぐ風邪を引く我國の習慣は幸ひ此等の事は少しも差支へない養生の仕樣によるのてあるが兎に角西洋に心醉して一も二もよいと云ふ感念をもつて居るのは間違ひだ今日西洋では日本と反對て病氣を自然療法空氣温泉海水浴山水療法等外氣に當つても些も其皮膚に感せぬ樣身體を強壯にする方法をとり餘程功を奏する者と見え和蘭へ私がいつた時あちらでは醫藥分業てあるが男子の藥劑師が著るしく減じて助手位てやつて居る所が多いドウして減じたかと云ふに自然療法をやる結果藥がいらなくなるから醫者は繁昌するが藥劑師は男子が一とかどの店をやる必要がないとて助手がやるようになつて居るので西洋て今日は非常に此療法を奬勵して勸めて居る日本では幸ひ自然療法があたりまへの事になつているので室の中と云へども空氣の流通がよくて西洋の樣にひどく室内を温める事もないが西洋ては室内を温めるのは費用に堪へられぬから一度温めたら暖氣の逃げんようにするから隨て空氣が汚れる日本では幸ひコンナ事がなくすんでいるのに今日てはソウ云ふ事迄も眞似るといふ事になつている眞似るも其人一代だけならよいが此習慣

が後世子孫に迄も殘るのである西洋の婦人は產が重い是れは醫學が發達した爲めてあたり前なら死ぬものを矢張助けて安產さすッウすると其子が親と同じ難產の遺傳を殘して行くから西洋人が遂に難產になつたのだと極端迄言つて居るものもある假りにもソウ云ふ事を云ふて居る今日無暗に西洋の事柄や學術がいゝからと云ふて土地生活法の異なる總てを直接に移すと云ふことはいけぬ尤も之を撰ぶには婦人方が夫れ〳〵此會の如きものがあれば專門の人々に聞き成る丈善き處丈取り惡い處を取らぬ樣にせぬと善い事を望んて却て害となるのですソコて尤も婦人方に希望するところは食料てす食料は非常に大切なものて食料に經費がかゝつてもツマリの結果は利益なのて假令ば田に干鰯料をかけるのは其時は損の樣てすが一年の收獲は非常に利益てす併し之も程度問題て程度をこすと却て費用のみ嵩みて何にもならぬ此事は今日は詳しい事は述べられませぬ

何病ても一樣とは言はれませんが黴菌からくる病氣は其黴菌が其時直ぐ病氣になるものてない事を信じます私の考へより言へば其人の身體が丈夫ならば其虫が發育せないが若し其人のからだが弱わかつたならば遂に蔓延して遂には生命を取らるゝのです植物にしても其通り充分に肥料を與へて居るものに虫のつくものがない肥料の足りないものには虫が付く紅葉が盛んに生長しているものは蟻が付かぬが植え替へたものは虫が付くと云ふ樣に人體亦然りて併し其虫は何ても人體に這入ッて來る者と心得て居らねばならぬ夫れには身體を健康にせねばならぬ身體の健康は食物が必要てホウ〳〵の國々を調らべて見るに日本の食物は一番惡るい日本人は一時は働くが永もちがない朝鮮人や支那人は一時の働きはないが一年の働きは日本人より遙かに稼ぎ高が多い日本人は一日に支那人の二日位の事は容易にするが永い間となると病氣をする蓋し之れは食物に關係するので支那人の方が食物がよいからて恐らく支那が一番食物がよいてしやう其次が英吉利、亞米利加、獨逸て其氣

候や習慣によりいろ〳〵あるから其通りしなくてもい丶が併し今一層今日の狀態よりは食物をよくして貰い病人を少くする事にすれば自然と夫れ丈の財產を增殖ことが出來る日本の食物を西洋の普通の食物と比較をすれば日本の米を一日に四合魚なり肉なり一斤たらずを用ゐると西洋の保健食物即からだに過不足のないものと定められた標準である併し夫れが必らず米のみでない麥にすれば營養が餘計ある米の百分中には營養物が六てある麥の內には百の內十二丈含んて居る又豆の如きは殆んど肉と同じ位て肉は水があるから魚肉平均したところて四分の三は水四分の一即百の內廿五丈は養ひて豆の如きは百の內二十五丈營養を含んているから殆んど同じ營養物てある是等は矢張り消化不消化と云ふ工合て兎に角同じ肉類ても消化が惡いのもある消化と云ふても胃の如きは尤も習慣の付くものて初めに充分働らかすとよく働らくが暫らく樂をさせると又元と返り働らかすには中々の苦心てある今日てはソマトーゼ其他いろ〳〵の滋養物と稱するものがあり升が自分の胃を材料にしてソマトーゼを用ゐて太るかと思ひためした處が四ケ月許飮んだが少しも効はない夫れから後こんなものは止めるに若かんと思つて止めたら胃病になつて遂に胃癌と迄思ひ込騷いだことがある故に腹の中をなまけさせると又働らかすことは中々容易てないされば滋養分に富んだものを用ゐることヽして胃は相當に働かすようせねば右の如く非常に難儀することがある今日でも西洋の尤も著るしい弊害を認めるのは牛乳てある牛乳は親の乳のない時とか母の乳があつても稼ぎ人であるとか云ふ時止むを得ず飮ますので母乳と牛乳と比較すると母乳は幾倍よいか知れぬ母親の乳のあるに拘はらず牛乳を飮ますは如何なる譯かと云へば母親の顏に皺がよるとか年とるとか云ふ薄情からくるので母乳と牛乳を飮ますのとは其結果は大變違ふ之れは學問上詳しい證據がある母親の乳て育てた子は外氣に犯されることが少いが牛乳て育てたものは兎角薄弱で平日の健康に於ても

大變違ふ此習慣が其人一代に止まらず又子々孫々に迄傳はり流行するときは子供はます〱惡くなる資力のある人も之を善い事として乳母も置かず安上りの牛乳て育てると云ふ樣になる此事は育兒上頗る大切なことてある牛乳は日本國民のみならず西洋ても余り信じ過ぎていると思ふ牛乳を消化さするには五六歲迄は消化が強いがだん〱成長すると牛乳を消化させる機能が弱くなり二十四五から三十になると胃の中ては今日知れ渡ッて居る食物中此位消化の惡いものはない併し平素胃を働かしてさへ置けば勿論牛乳もよいが日本ては西洋の如く牛乳が安くないから其外のもので滋養分のある廉價て消化のよきものがあるに拘はらず牛乳のみを信んずるは誤解てあるコウ云ふ工合に間違つて日本へ這入つて來ているものが實に澤山てある今日は一々述べられませんから只二三の例をお話しゝたのてある詳しい事は此等の會を應用して講師に質問せられんことを望みます前にも申す通り國を富まし戰勝の結果吾れ〱が得ました名譽の一等國の位置を十分に保つようにするには婦人の力も又大なるものてある夫れをヤルには學問上又は費用がかゝるのなら六づケ敷が別に學問の基礎や非常な資本のかゝるのてはない却つて資本がかゝらぬのて西洋ハイカラの眞似をせんてバンカラでもいゝから實用のよいものを取つて惡いものをやめ西洋にのみ心醉することなく先方が十歩進むならコチラは百歩を進む心掛をせねばならぬ此決心が付かなければ安全に名譽を保つ事は出來ないと思ふ云々



感冒に就て

（宇都宮支會講話）

醫學博士　岡田和一郎君

速記にあらされは語尾の變化語句の前後多少の脫漏を免れず讀者之を諒せられよ（前頁丹波博士の講話亦同じ）

本日は宇都宮支部の戰後の發會式に御招待下され此盛大なる會て演說をせエと云ふとて私は之を御受す

ることを光榮として出席致しました先刻來皆樣の御演說で戰後は國民の發展をせよと云ふことは何れも御同感で殊に國民の健康を圖ることは最早繰り返すことはいらぬが御婦人は尤も家庭の要素で常に良人の傍に居ッて種々優勝劣敗の今日國外の人とも戰はねばならぬ所謂內助は御婦人の義務で吾れ〳〵國民の一部をなされ居る處の婦人諸氏が戰時に於て充分盡されしとは先刻知事の證言によりて拜聽致しましたが一朝事あれば斯の如きでなければならぬ然らば平時には如何と云ふに他日事ある時の基礎即國民の健康富國強兵を心掛け一旦緩急あれは男子も女子も均しく手を取つて盡さねばならぬのである男子は外部とも學問とも身命の爲め盡さねばならぬ又實業發展の爲めには衞生を顧みる暇ない其傍にあつて男子を助けて行かうと云ふには婦人に衞生智識がなければ非常の不幸である婦人は後繼者なる子孫を直接に敎育する任務を持つて居るから婦人が衞生の道を知らねば身體を薄弱ならしめ折角吾れ〳〵が血を流して一等國の中に加はつても所謂後繼者に對する婦人の敎育や育て方が惡いと祖先が高い金を拂つて得たる名譽も失はねばならぬこれも婦人方の心一つであるから勝て冑の緖をしめると云ふ覺悟が充分なればならぬとの冐頭を置き初め衞生上の遺傳に就き說話せらるゝ筈なりしも丹波博士が凡そ縷述せられたればと博士專門の耳病より延いて寒冐の事を詳說せられたり今其大要を記さんに耳病は感冐より來るものが多い歐羅巴で「トロイッ」と云ふ人が耳の病人を調べた處が百人の內で三十三人 即 三十プロセントは耳の病氣であると云ふ事をいつて居るマダ日本では統計もないか全體を調べたら非常なもので滿場諸君にしても右も左も細かなる音響迄同一に聞き分けると云ふ事を詳く調べましたならば恐らく三分一强は耳の病に罹ッて居ないものはないと思ひ升併し尙是より多いのは感冐で耳の患者が三分の一であれば殆んど二分の一は感冐で實に多數の病氣であることゝに是より本題に移り寒冐といふ事に就て諸君の御淸聽

を煩しますサテ寒冒風引と云ふのは鼻カタルて鼻カタルと云ふのは鼻の軟かなる粘膜が犯されるので段々これが進むと咽頭カタル、喉頭カタルとなるのて全般にはやり擴がる病氣である此カタルはドー云ふ風て起るかと云ふに先づ一番多い寒冒は一種の黴菌て(形狀未確定なるも)夫れが鼻の中に這入りて風引を起すのてあるが又黴菌がなくして起るのもある即器械的化學的作用て起る感冒て第一黴菌より起る寒冒は寒冷が非常に關係する吾人の身體は常に黴菌の中に包まれて居るが故に健康のものにも鼻の中には黴菌も這入る若し抵抗力が少ない人てあると黴菌と優勝劣敗の結果黴菌に負けるのてある抵抗力が弱いと云ふのは如何といふに所謂寒冷に負けて神經作用によりゾク〳〵して其反動の爲めに血管が膨脹するソコへ黴菌が入り込み寒冒が起る即ち神經が寒冷の爲め弱くなり抵抗力がへるのてある故に平素身體を鍛へあげて神經の犯されぬ樣にせねばならぬ世の中に寒冷や黴菌はなくす譯に行かぬから身體の方を寒冷や黴菌に打勝つようにせねばならぬ

汽車感冒、汽車中て喉が痛み嚔が出る是れは鼻の中の粘液膜に塵埃が永く付いて刺戟するから充血して嚔を起し風引をなすのてある又オイヒーベル枯草の一種の器械的物質が鼻の中に入り起るものがある是れは歐州ては枯草感冒と云ッて器械的と心得て居る又礦山感冒といふものがあるこれも器械的て其外化學的から來る感冒もある或場合には化學的死斯の樣なものを嗅いだりヨード劑を内服する等て鼻カタルを起す尚廣い意味の感冒の元はいろ〳〵の原因から起るソコて寒冒はいかに多いものてあるかと云へば世間國民の二分の一は罹ると云ふ事を前に申したが是が難病てあれば大變て日本の醫者が晝夜兼行ても及ばない併し世間ては風引をイヤニ輕蔑して風引位醫者に罹らず打捨ておいていゝと云ふ習慣があるが一般から言へば風引は左程恐るべきものてはない傳染性のものてあるが殆んど放棄して置けば二日か三日て大概なほるなほるけれども中には重大の結果を

來すものがあるソレは何んであるか感冒其物は恐れるものでないが直接間接の惡弊害がある鼻のカタルが起ると之に直接に來る害は上氣道を犯し喉頭カタル、氣管支カタル、全部のカタルを起すことである而してカタル症はかりで終らん初めは感冒黴菌ばかりであつたものが他の結核黴菌が塵埃と一處に飛び込んで來る私は毎日澤山の結核患者も取り扱かつて居るが少しも感じませぬ故に丈夫なものなれば差支ないが不健康のものには梅毒でもペスト、猩紅熱實扶杢里亞なんでも直きに感染します急性の傳染病ならば罹ッても治るが結核の如きは苦心慘憺ドーモ治らぬ結局罹らぬ樣にするのが一番必要で夫れには身體を健康にするより外はない其外恐るべきものは癩病で社會上日本に一番多い日本當局者が骨を折らるゝに拘はらずマダ眞の統計さへ上らないと云ふは外部に顯はれない以上は醫者に罹らず自から癩病であると云ふものはないから統計が取れないので日本は實に世界一の癩病國である如何にして傳染するかと云へは獨逸の大醫スリッケル氏の報告によれば一番初めは鼻汁、咯痰で初めは鼻から吸引して起る即ち鼻が媒介をなすと云つて居る私しも助手に研究させて居りますが鼻であるだろうと思つて居るこれも今日では治すことは出來ない之に罹れば日本では古來天刑病と稱して疎外されて居る罹つたものは止むを得ないが健康のものは之に罹らぬ樣せねばならぬ此病氣は傳染説が盛んである處で鼻が傳染の媒介をするといふ事が知れた以上は充分の注意を拂はねばならぬ右は直接の弊害であるが間接の弊害として鼻にカタルがあれば鼻汁が出て神經作用が起り種々樣々の病氣が起る一番多いのは頭痛で多くは鼻がつまつて頭痛を持たぬものはない其他神經衰弱症は神經を過度に遣つて起るのもあるが鼻の病氣の爲め起るものが隨分少くない慢性の鼻カタルに罹つて居るものは神經衰弱症や癲癇や喘息が來ると云ふ樣に隨分澤山な病氣が起る特に若い人には學生病即ケン忘症と云ふて學問をして先生の講義を聞き自分て

は覺へようとしても氣が散つて皆ヌケてしまつて睡くなる折角貴ひ時間に貴い金をつかい數年たつても落第ばかりて物にならぬソンなら性質痴呆かと云ふと馬鹿てない體操やらしてもボートレースをしても釣にいつても一番上手て何をしても引けを取らぬが家の內てする事となると皆駄目て之はアツプロチエクシー即鼻から來た病氣てあるから其病氣さへ除けば生れかはつたもの丶樣になるこれなども間接の害てあるそれから又間接の害としては耳の病氣て國民の三分一も罹かると云ふ非常に多數の病氣であるが有力の原因は感冒て風を引いたが爲め耳が惡くなるのもあり又耳の中に病氣があつて起こるもある一言にして申すと耳の病氣は一歩誤れば中耳炎を起して死し一歩誤れば聾になる之は鼻カタル即鼻かぜが轉じて來たので斯く申す耳カタルは關接直接に實に油斷のならぬもので結果の恐るべき者であるから之に罹らぬ樣にせねばならぬ然らば豫防策としてはドウするかと云へば風引に罹らぬ樣にするには身體を鍛へるので襟卷を取り靴をぬぐと直ぐ風を引くといふようてはいけぬ歐州人の皮膚が弱い爲め海水浴て日光にあたると火ブクレになると丹波博士も申されたが私も注意しようと思つた點てある世の中に寒冷や黴菌をナクす事は出來ぬから寒冷と戰つて負けぬ樣に皮膚を丈夫にせねばならぬ此意味から云ふと總て強固に鍛へることが一番よい下等人民には澤山ある乞食の如きは二六時中裸同樣てあるが而も風引をせぬ又舟乘の如きも少々の氣候の變遷や天候の變化によりて風を引くようては漁夫になれぬ併し吾れ〳〵は社會的階級もあることだから位置相當に不都合のない程度即必要と云ふ事を程度にせねばならぬが若し襟卷をするなら年百年中やつて居り或る場合に取つたりしたりする事はいけぬ併し之は迚も不可能の事であるから寧ろ止めた方がよい併し社會の制裁上つけねばならぬものなら仕方がない假令ば靴をよす譯には行かぬ靴を穿く必要があればドコ迄も靴をハイた儘て靴をぬいだときは特に足袋をハ

キ跣足て歩行くことのないようにせぬといけぬ神野君も言はれた如く室内の空氣の平均を取ることは尤も必要なことて暖ためた室から急につめたい處へ出ると風を引くので寒い時分歐州ては舞踏が非常に盛んて薄い着物ておどるから室内を溫めて置くおどりたる後熱くなつて居る處へ用事てもあつて戸外へ出ると恰んど風を引かぬものはない日本に於ても亦然り宴會などて暖かき飲食をして溫かき室内から急に戸外に出て車に乘つて歸つて來ると風を引く者が多い是れは内外の空氣の不平均から起るのてある但し人間は社會的生活するものなれば外に出る動物てあるといふ考へを以てかゝらねばならぬ古しならば室内の溫度は内外共に平均するがよい故に室内の空氣を無暗に溫めぬ樣に殊に餘り密閉すると空氣が不潔になる併し自分の家ては右の如く注意しても世間一般がソウ云ふ譯には行かぬから若し餘り室内が暖かてあつたなら少しく次の室に移り徐々にすれば幾くらか急劇の變化を受けぬことゝなる其外歩行する間や山坂を上る間は暑いが絶頂に登ると寒く感じる急に冷熱かわる時に風を引く總べて鼻に風が當つて風引くと思ふは間違いて決してサウ云ふものではない全身の内ドの部分ても風を引く假令ば戸外て帽子を取つても風を引く手袋を取つた爲に風を引く皮膚の僅かの部分にあたつてヒヤりとしても風を引くのてある日本人は西洋人ほど帽子を被らぬから夫れ程過敏てはないが成る丈けシャツポなしても堪へる樣にし小兒には成るべく厚い着物を着せない樣にして抗抵力を強くせねばならぬ厚着は極めて惡い薄い着物て堪へさすることに注意せねばならぬ

最後に冷水按摩灌水の事を申上げましやう年百年中水を身體にかければ確かに風を引かぬ伯爵井上馨氏は七十になるも矍鑠たるもので病氣したことがなく足ても耳ても眼ても實に達者て冬ても雪の朝ても水を被らぬ日はないあの人の内に出入するものは皆水あびる事を勸められて皆ヤツて居る併し寒天水を被ぶることは婦人には余程六ヅかしい冷水摩擦てよい

先輩佐々木氏が二十年前に此事を言ッて居りますが實に賛成て若しヤルなら年百年中休んではいけぬ然るときは必らず風引することはないこれ位は老人ても小供ても出來ん事はない兎に角以上の方法て種々の恐るべき寒冒を防ぐ事が出來るので之を勵行すれば國民が尤も大なる感冒を防ぐことが出來るのてある今や外國人が日本人を恐れて來た樣てあるからます〱充分の健康を圖り奥さん達は良人や子供を助けられ國民一致して往かないと日本人恐るべし日本人討つべしと云ふ時季の到來した時に方ッて役に立ちません先づ手始めに國民の感冒を防ぐと云ふ事を御勸めします云々



質疑欄



●質問注意　質問中診察せざれば應答し難きものは一切解答せず又●解答に遅速あるは取調べの都合ある爲めと御承知を乞ふ●質問は端書にても封書にてもよろしけれど單に質問のみをわかりやすく認むる事●質問に姓名を出すことを好まざる方は匿名にても差支なきも事務所へは姓名御報知のこと●本號の雜誌に登載する分は凡て前月十五日迄に申込まれしものとす●總て急ぎの分は回答せず

問　十二脂腸蟲の病氣は不治のものに候や其原因豫防法等伺上候

質問者　長野　一會員

答　此病は腸の中に小さき一種の蟲の寄生する病氣てありまして此虫が腸の中にありて人の血を吸ひますから貧血に陷ります元來此蟲の人體を浸すのは緩慢て二年三年の後てなければ著じるしき徴候も顯はれません其蟲の有無は患者の糞便を顯微鏡て見ればよくわかります固より輕症のものは早く手當して驅蟲劑を與ふれば輕快しますが重症となり貧血に陷る

様ては頗る危險て治療法もありません此蟲は人糞肥科の中に生存するもの故野菜即菜や大根の類は念を入れてよく洗わぬと往々其卵の附着したまゝ胃腸に送り込まれ胃腸が弱いと該病を發するので東京人には此病氣が中々多い之れは流行地なる千葉縣埼玉縣地方から入り込んで來る野菜に原因するのである豫防としては野菜の洗ひ方一ッでソレは鹽水で清潔に良く念入にお洗ひなさい左もなくば清潔な水で茎や葉や根は幾度も〳〵丁寧に洗つて其卵のないようになさい此卵は肉眼でも分かる程の大さですがよく見れば取り去る事も出來ます千葉埼玉のみならず逗子などにも蔓延して居りますから旅行でもしたなら充分注意せらるべし

（問者　新潟　一會員

問　吃の療法並に適當の自修書あらは御教下さい

二、小見寢小便の療法を伺上候

答　吃の療法は私立ては東京小石川金富町に伊澤修二氏の創立された矯正所がありますと委しきことは同所へ御問ひ合せありたし

二、寢小便は難治の病氣殆んど治らぬものゝ様にしてありましたが近年注射療法開けて以來は大抵一回乃至三四回の注射て全快します此療法は佛國カテラン氏の發見てあるが日本て應用されたのは東京醫科大學田中醫學士てある御出京なすつて治療を受けられて如何ですか因に記す尙御質問の鼻の變形隆鼻器の事も右大學へ御出でになれば隨分處置が付ます脳に關係の事は固より怪我の大小及場處にもよるのて一様に申されまんが關係するものと見て差支なし

▲本所一會員の御方に　唇腫れ或は粟粒の如きもの出來御難義との事拜見せねば分りませんから寧ろ是も大學皮膚科へ行きて診察を受けらるゝことが尤も近道て迚も紙上の解答位ては治癒しないものと認めます、



雜録



▲秋季種痘の勵行　從來痘瘡豫防の爲め春秋二季に種痘を施行し來りたるも往々之を實行せざる向多きより當局者は各區の衛生組合に命じて其普及に努むるに拘らず種々なる口實の下に種痘を避くる者尠からざるを以て今秋の種痘期より嚴重に之を勵行せんと目下戸口調査を兼ね種痘の年月日及び善感不善感等を糺し居れりと因に當季の種痘は來月初旬より施行の筈なり

▲豚羅斯病消滅せず　三多摩郡内に發生せし豚羅斯病は一時消滅の摸樣なりしか去る二十一日北多摩郡内に於ても同病に罹りたる豚三頭を發見せるも漸く下火に向いたり

▲三井家の慈善病院　同病院は豫て噂のありたるが如く愈よ神田和泉町なる元第二醫院の燒跡へ建築することに決したるが之が爲めに三井家の支出する資本金は一百萬圓にして之を財團法人と爲し出來の上は其監督を醫科大學長に一任する筈なり左れば市も其美擧に報ゆる爲め右敷地は永世無償を以て同家に貸與せらるべしといふ一大美擧と云ふべし

▲東京豫備病院の復舊　東京豫備病院は昨今第一衛戍病院に復舊する事となり其引繼きを開始せり同院の明治卅七年四月設立されし以來其收容せし患者は實に十萬六千餘名の多きに達し其成績は極て良好にして内死亡せし者は僅に五百名に過ぎず而して目下衛戍病院へ引繼くべき患者は澁谷分院を合して百五十餘名なりと

▲流行性腦脊髓炎　も一ト度發生したる同病は昨今ポツ〱處々に發生流行の兆あり頭痛其他感冒の氣味ある人は直に醫士につき診斷を受くべし

▲流行の眼病　去月來氣候不順なりと秋季になりて夜業に耽るとの原因より加答兒性結膜炎といふ眼病

に罹る人多し豫防法は感冒を防ぎ深更其他に眼の過度使用を避くるに在り

▲大阪ペスト猖獗　昨今大阪市内にペスト新患者續々發生し病毒蔓延の傾向を呈せしにより當局に於ては同地と交通頻繁なる地方に對し海陸の檢疫を勵行し以て豫防法及び消毒法の爲め發生地の燒拂ひを勵行し其撲滅を圖る方針なりと云ふ

▲本年の傳染病　昨年九月三十日までの分を統計したる東京市の傳染病患者は七百廿九人（内死亡者百六十九人）に過ぎざりしが本年九月三十日迄の統計千七十九人（内死亡者二百八十三名）の多數を出すに至れりと

▲醫師開業前期合格者　本年第二回東京及び各地に於ける醫師開業前期試驗受驗者中合格せるは百七十二名にして内女子合格者十一人なり

▲和歌山市をペスト流行地と認む　露國政府は和歌山市をペスト流行地と認めたりとの電報駐露本野公使より廿一日其筋にありたりと

▲流行性感冒　秋漸く老いて風冽寒き今日此頃山の手邊に流行性感冒の兆あり冷水摩擦の豫防必要



治庖會本部教場主事　安西こま子

▲栗きんとん

栗（皮付壹升）を澁皮が少しも殘らぬやうに庖刀にて鬼皮と澁皮と同時に剝き、水にて洗ひ、微溫湯の中へ投じ、暫らく煮て其湯を切り又新らしき湯を加へ沸騰せしめ斯くすること再三繰返し針にて栗をさし、粗ぼ柔らかになりたるとき、其湯を切り之に砂糖（白砂糖又はザラメ砂糖二百目を灰汁ひきたるもの）と鹽（並盃一杯）とを加へ、文火にかけ栗に砂糖がよく染込みたるとき裏漉せし甘藷を加へて煮

詰むべし(煑詰る間、箸又は杓子を以て鍋の中をかき廻すべからず又煑詰る間は、兎かく鍋底に焦付きやすきものなれば常に鍋を斜めに傾け、搖り動かしながら煑るべし)

衣の製法は、甘藷(皮付貳百目)の皮を毛穴の殘らぬやうに叮嚀にむき、木口より一分程の厚さに切り、水の中暫らく放ちおき再三水を取換へ、水氣を切り、沸騰湯の中へ投じ、凡そ十分間程を經て藷に罅裂が生ずるを度となして湯を切り而して馬毛篩に漉すべし

注意　此きんとんの光澤をよくし且つ其味を更に好くなさんとするときは灰汁ひき砂糖と同時に味淋二合程を加ふべし

▲スチウード、マシユルーム

トメートソース

牛開きの松茸(笠の徑二寸位のもの十二個)を撰び、軸を除き鹽水に暫らく浸しおきし後ち取出し素水にて洗ひ、水氣を切りおき、別に牛肉或は豚肉(百目)を庖刀にて細かく敲き之を擂鉢に入れて能く擂り、鷄卵(二個)と牛乳少々とセリー酒少々とを加へ能く擂り混ぜ又之に胡椒と鹽とを加へて擂り混ぜ之を松茸の笠裏に山高に詰め其肉の上面へ解き鷄卵を塗り、蒸籠の中にて蒸し、トメートソース注ぎかけて卓上に出すべし

トメートソースの製法は先づソース鍋へ大匙一杯の牛酪を入れ、溶けるを待ちて赤茄子五六個の肉を裏漉しせしものとスープ一合程とを加へ暫く煑たる後ち鹽と胡椒とを加味し次に米利堅粉を水にて溶きたるものを注ぎ入れドロ〳〵の濃さとなし而して絹篩にて漉して用ゆるなり

▲ボイルド、スポンジ、ケーキ(蒸しカステラ)

牛酪(大匙一杯)と鷄卵(五個)の蛋黄と三盃砂糖(四十目)とを擂鉢に入れ、鷄卵が白くなる程充分に擂り之に前に取分けおきし鷄卵(五個)の蛋白を充分に泡立しものを加へ次に米利堅粉(五十目)とベーキングパウダー(ふくらし粉)とを篩ひ入れ、

よく攪拌して型に入れ(ブリキ製の茶筒を代用すると可なり)上部の口に布を被せ、紐にてしばり而して型を湯の中へさし入れてむすべし



大日本婦人衛生會記事

本會十月例會

十月六日第一土曜日午後一時半より神田區一ツ橋通り女子職業學校内に於て例會を開く警察醫長醫學士栗本庸勝君の(誤解せられたる哺育法)富士川ドクトルの前回より續きなる疾病の話及料理の衛生に關する發端を講話せられ四時閉會せしが當日役員の出席は左の如し

濱尾副會長、羽田、緒方、田村、小川、鳩山、高木かう子、長谷川、濱田の諸氏(出席順)

宇都宮支會

●役員の改撰

宇都宮支會總會の事は前項既に記載せしが前會に於て役員の改撰を行ひし結果は左の如し

會長　久保田不二子
副會長　柴田しづ子
幹事　行森保司子　幹事　須賀榮子
仝　福井よし子　幹事　石田つね子
評議員　安井吉野子　仝　向井やす子　仝　高崎歌子
仝　笠原小常子　仝　中山喜久子　仝　菊池より子
仝　古口とみ子　仝　河合秀子　仝　植松ゑい子
仝　神野まつ子　仝　望月とく子　仝　小山もと子
仝　長野順子　仝　枝せい子　仝　岡ゑつ子
仝　大楢のぶ子　仝　矢島れん子

●支會總會の節會員へ頒たれし菓子は經約五寸圓形の打菓子にして赤地に本會徽章を白にて顯はしたる思ひ付のものなりき

●本會入會者

○牛込小川孝子紹介

●韓國元山理事館内　通常會員　武田かね子

○牛込杉山わか子紹介

●牛込區横寺町五十八　特別會員　杉山翠子

○下谷根岸かな子紹介

●下谷區茅町二ノ廿七根岸方　通常會員　飯泉はん子

○芝佐伯すみ子紹介

●赤坂區青山南町五ノ四十五　通常會員　津田ふく子

○麻布吉原かや子紹介

●麻布區市兵衛町一ノ十一　通常會員　川浪時子

○芝佐藤歌子紹介

●牛込區小日向水道町六十一　特別會員　田川數枝子

●京橋區金六町十五　特別會員　遠藤波津子

●仝所　特別會員　川邊安子

●京橋區銀座四ノ二　特別會員　吉川くら子

●日本橋區檜物町十八　特別會員　兒玉あか子

●大坂市北區此花町二ノ二五〇　通常會員　松本かつ子

○本會事務所申込

●四谷荒木町二十七龜泉今方　通常會員　松本育子

●芝區三田豊岡町六十八　特別會員　水野清子

●宇都宮支會入會者

○評議員高崎歌子紹介

●宇都宮市塙田町　本會より轉會　特別會員　久保田不二子

●仝市三條町　通常會員　河合秀子

●仝市塙田町　通常會員　内藤まつゑ子

●仝所　通常會員　田野邊ふじ子

○副會長柴田しづ子紹介

●仝市大寛町　通常會員　小島だい子

●市中河原町　通常會員　和田あい子

●仝市四條町　通常會員　中島しづ子

●仝市大寛町　通常會員　大久保長子

●市縣立女學校　通常會員　千田仁和子

●仝市旭町　通常會員　小西はつ子

●仝市中河原町　通常會員　栗本ゆき子

●仝市一條町　通常會員　篠崎和歲子

●仝市松峯町　通常會員　後藤宗子

●仝市小幡町　通常會員　佐藤とくゑ子

●仝市川向町　通常會員　川島もと子

●仝市上河原町　通常會員　小平ふさ子

●仝市上河原町　通常會員　勝本てふ子
●仝市今泉町　通常會員　福田みわ子
●仝市小袋町　通常會員　安藤さだ子
●仝市旭町　通常會員　内田しげ子
●仝市仝町　通常會員　宮田よし子
●仝市新石町　通常會員　黒川はま子
●仝市今泉町　通常會員　松島とめ子
●仝市四條町　通常會員　中村やす子
●仝市旭町　通常會員　黒澤はる子
●仝所　通常會員　小林うた子
●仝市松峯町　通常會員　小川のぶ子
●仝市一條町　通常會員　常世しげ子
●仝市旭町　通常會員　是水せい子
●仝市中河原町　通常會員　佐藤花子
●仝市松ヶ峯町　通常會員　鈴樹たか子
●仝市小袋町　通常會員　鈴木なか子
●仝市旭町　通常會員　福田つね子
●仝市塙田町　通常會員　青柳さと子
●仝市一條町　通常會員　手塚うめ子
●仝市傳馬町　通常會員　川村みね子

●仝市西塙田町　通常會員　廣瀬てう子
●仝市小幡町　通常會員　長野静子
●仝市西塙田町　通常會員　峯村こと子
●仝市大町　通常會員　田中てる子
●仝市傳馬町　通常會員　粂川やい子
●仝市材木町　通常會員　渡邊けい子
●仝市大町　通常會員　石塚とく子
●仝市大町　通常會員　原すか子
●仝市日野町　通常會員　村上しん子
●仝市小袋町　通常會員　須賀せん子
●仝市江野町　通常會員　小川まつ子
●市旭町　通常會員　小川たま子
●仝市日野町　通常會員　小口ひさ子
●仝市池上町　通常會員　大島ちか子
●仝市石町　通常會員　菅又まつ子
●仝市材木町　通常會員　高木しん子
●仝市一條町　通常會員　渡邊けい子
●仝市千年町　通常會員　小松はつ子
●仝町上河原町　通常會員　鳥居くに子
●仝市三條町　通常會員　早川しか子

●仝市戸祭町　通常會員　笹生　花子
●仝市旭町　通常會員　保坂　らく子
●市大工町　通常會員　黒崎　はつ子
●仝市小幡町　通常會員　手塚　岩野子
●仝市塙田町　通常會員　大和　さと子
●仝市松ヶ峯町　通常會員　福井　むら子
●仝所　通常會員　内藤てるの子
●仝市師範學校內　通常會員　遠藤　きみ子
●仝所　通常會員　鈴木　いう子
●仝所　通常會員　佐々木　孝子
●仝市旭町　通常會員　輕部　千代子
●仝大宮町　通常會員　有賀　とよ子
●仝市曲輪町　通常會員　小野　しげ子
●仝市清住町　通常會員　小林　きん子
●仝市花房町　通常會員　菅谷　はま子
●仝市大町　通常會員　福田　てう子
●市池上町　通常會員　西村　けん子
●仝市三條町　通常會員　和田　ふく子
●仝市西塙田町　通常會員　高橋　みわ子
●仝市伊賀町　通常會員　音羽　とし子
●仝市池上町　通常會員　栗田　かつ子
●仝市材木町　通常會員　秋葉　つる子
●仝市大黒町　通常會員　長谷川さく子
●仝市戸祭町　通常會員　田村　きく子
●仝市小幡町　通常會員　阿久津みよ子
●仝市旭町　通常會員　片柳　あい子
●仝市清住町　通常會員　熊谷　きくを
●仝市旭町　通常會員　佐藤　くめ子
●仝市中河原町　通常會員　鈴木　みつ子
●仝市塙田町　通常會員　佐藤　みた子
●仝所　通常會員　渡邊　みつ子
●仝市一條町　通常會員　日下部さだ子

以上八拾四名柴田夫人紹介

○評議員小山もと子紹介

●仝市東塙田町　通常會員　安西　ひで子

○石原みわ子紹介

●仝市川向町　通常會員　柳田　きん子
●仝市傳馬町　通常會員　丸山　たき子
●仝市三條町　通常會員　石原　はる子
●仝市扇町　通常會員　鈴木　さく子
●仝市扇町　通常會員　福田　たつ子
●仝市上河原町　通常會員　阿久澤きん子

●仝市池上町　通常會員　篠原たけ子

○會長久保田不二子紹介

●仝市四條町　通常會員　大塚しん子
●仝市尾上町　通常會員　石井いし子
●仝市大宮町　通常會員　楠　勝子
●仝市四塙田町　通常會員　寺師さだ子
●仝市塙田町　通常會員　山内とく子
●仝市塙田町　通常會員　鈴木政　子
●仝市中河原町　通常會員　戸田ふく子
●仝市二條町　通常會員　野村勝美子
●仝市東塙田町　通常會員　田邊いよ子
●仝市四塙田町　通常會員　半田かつ子
●仝市旭町　通常會員　藤山てい子
●仝市四條町　通常會員　黒川しげ子
●下都賀郡水代村　通常會員　田村みほ子
●仝市塙田町　通常會員　堀田くに子
●仝市塙田町　特別會員　加藤とく子
●仝市塙田町乙一號官舎　特別會員　深野咲の子
●仝市伊野町警察官舎　通常會員　中西たじえ子
●仝市松ヶ峰町　通常會員　木下やつ子

○幹事石田つね子紹介

●仝市四條町　通常會員　松沼たけ子
●仝市新石町　通常會員　關口せん子
●仝市傳馬町　通常會員　手塚よし子
●仝市小傳馬町　通常會員　尾島はく子
●仝市旭町　通常會員　山井くに子
●仝市傳馬町　通常會員　伴野さく子
●仝市小幡町　通常會員　松原まさ子

○評議員河合秀子紹介

●仝市小幡町　特別會員　安井よしの子
●仝所　特別會員　向井やす子
●仝市松峯町　通常會員　小山もく子
●仝市四條町　通常會員　寺崎しげ子
●仝市四原町　通常會員　枝　せい子
●仝市塙田町　通常會員　石原みわ子
●仝市川向町　通常會員　佐藤みち子
●仝市塙田町　通常會員　梅村あき子
●仝市川向町　通常會員　加藤きく子

○幹事福井よし子紹介

●仝塙田町　特別會員　植村美以子
●仝市旭町　特別會員　柴田しつ子
●仝所　特別會員　望月とく子

●仝市川向町 通常會員 渡　きんじ子
●仝市上河原町 通常會員 橋原よし子
●仝市上河原町 通常會員 栗原とみ子
●仝市上河原町 通常會員 渡邊きん子
●仝市戸祭町 通常會員 矢島れん子
●仝市大町 通常會員 田中せき子
●仝所 通常會員 黒川つね子
●仝市川向町 通常會員 篠原きみ子
●仝市新宿町 通常會員 柴田その子
●仝市材木町 通常會員 大久保つる子
●中山病院內 通常會員 菊池みつ子
●渡邊病院內 通常會員 馬場さく子
●芳賀郡清原村大字龍太 通常會員 柴野かつ子

○評議員植松ゐい子紹介

●仝市塙田町 通常會員 中津川楯子
●仝市塙田町 通常會員 鈴木るい子
●仝所 通常會員 水野とし子
●仝市塙田町官舍 通常會員 金田かん子

○評議員神野まつ子紹介

●仝市松ケ峯町 通常會員 辻　はる子

○江田せい子紹介

●仝市三條町 通常會員 大羽ふさ子
●仝市中河原町 通常會員 立光わか子

○幹事行森保司紹介

●仝市傳馬町 通常會員 松本とら子

○評議員向井やす子紹介

●仝市小幡町 通常會員 柿原きよ子
●仝市一條町 通常會員 藤沼きみ子
●仝所 通常會員 廣澤まつ子

○評議員望月とく子紹介

●仝市馬場町 通常會員 加藤まつ子

○支會事務所申込

●仝市塙田町 通常會員 森　ます子
●仝所 通常會員 坂田せい子
●仝市女學校內 通常會員 本間せつ子
●仝所 通常會員 內田しき子
●仝市塙出町 通常會員 毛板はま子
●仝市二條町 通常會員 小林つね子
●仝市旭町 通常會員 小川けん子

○會員變更

●通常改メ 特別會員 中山喜久子
●通常改メ 特別會員 菊地より子

●通常改メ　●●●特別會員　吉田とみ子

○山形支會入會者

○岩本副會長紹介

●山形市　●●●特別會員　馬淵よし子

○高崎支會入會者

○高木かね子紹介

●高崎市柳川町　通常會員　村岡ひろ子

○藤谷操子紹介

●前橋市曲輪町　通常會員　山下巾子

○齋藤れう子紹介

●高崎市龍見町一　通常會員　岩本のぶ子

○新潟支會入會者

○中村しげ子紹介

●新潟市西堀前通十一番丁　●●●特別會員　高橋末子

○鏡淵りう子紹介

●新潟市[illegible]町三十二　通常會員　早福とし子

轉居

●赤坂區青山南町五ノ六十三へ　櫻井かほる子

●赤坂區氷川町三十八へ　坂本ふさ子

●府下豐多摩郡大久保百人町二百十二へ　飯田和香子

●千葉縣君津郡小櫃村萬役田長谷川へ　根本粂吉君

●麹町區下二番丁三十三へ　江口はる子

●鎌倉坂ノ下字入地へ　江口糸子

●大坂北區曾原町六十四へ　小野文子

●高知縣香美郡赤横町へ　松岡[illegible]子

●淺草區千束町三ノ五十二へ　高橋のぶ子

●下谷區茅町二ノ二十七へ　根岸かな子

●麹町區下二番町六十九へ　奥田たか子

●麻布區廣尾町三十へ　白石まむ子

●小石川區小日向水道町三ノ九十八へ　澁淵こまつ子

●芝區高輪南町六十六へ　平山てる子

交換寄送雜誌

日本赤十字　京橋築地二ノ廿二　日本赤十字發行所

新潟縣衛生會雜誌　新潟縣廳内　新潟縣衛生會

日本橋區衛生協會雜誌　日本橋區永久河岸八號地　日本橋衛生協會

日本消化機病學會雜誌　麹町區内幸町三胃腸病院内　日本消化機病學會

統計集誌　京橋區山城町六　東京統計協會

東京藥事新報　京橋區桶町四　東京藥事新報社

東京小間物化粧品商報　日本橋區馬喰町二ノ十九　東京小間物化粧品卸商事務所

同仁　神田區一ッ橋通町廿一　同仁雜誌社

治療藥報　日本橋區南茅場町二　治療藥報社

女醫界　牛込區市谷河田町　東京女醫學校

女學雜誌　大阪東區北久寶寺町四丁目　明昇堂

家庭新聞	熊本市内坪井町一二八	家庭新聞社
家庭雜誌	麹町區元園町一ノ廿七	由分社
家庭の栞	新潟縣女子師範學校内	新潟縣女子教育會
家庭	福岡市船町十七	家庭新聞社
大日本私立衞生會雜誌	京橋區宗十郎町七	大日本私立衞生會
體育	府下荏原郡大井村字北浜川	日本體育會
通俗衞生會	大阪西區土佐堀通三ノ廿九	大阪私立衞生會
なてしこ	麹町區下二番町三十七	大日本女學會
牟婁新報	和歌山縣西牟婁郡田邊町上屋敷町六十五	牟婁新報社
藥學新報	牛込區下宮比町八	日本藥學會
藥石新報	大阪西區江戸堀下通三ノ卅六	藥石新報社
藥業時報	神田區鍛冶町廿一	藥業時報社
經濟新報	麹町區永田町二ノ七十三	經濟新報編輯所
婦人世界	大阪南區末吉橋通四ノ六十三	巡遊婦人會
婦女新聞	牛込區東五軒町四十一	婦女新聞社
婦人と子ども	本郷女子高等師範學校内	フレーベル會
福田會月報	麻布區笄町百三	福田會育兒院
國家醫學會雜誌	本郷區富士町一	國家醫學會雜誌發行所
工手の母	大阪北區西野田新家四の町番外三二五	工手の母新聞社
交通世界	埼玉縣浦和町三九五	交通協會
越佐教育雜誌	新潟市東仲通二番町二二七	越佐教育雜誌社
英學生	神田區駿河臺北甲賀町十一	東四社
衞生新報	和歌山市小松原通三ノ一	衞生新報社
衞生新報	下谷區池之端仲町十九	衞生新報社
愛國婦人	麹町區飯田町一丁目	愛國婦人發行所
暗光	埼玉縣埼玉郡越ヶ谷町百四十九	暗　社
草業新聞	大阪南區心齋橋筋二ノ百七	草業新聞社
產科婦雜誌	日本橋區濱町三ノ七	日本產科婦會
埼玉衞生新誌	埼玉縣北足立郡浦和町二三五	埼玉衞生新誌社
絅行會雜誌	芝區三田綱町一	絅行會雜誌出版部
教育公報	神田區一ッ橋通町	帝國教育會
明治の家庭	牛込區納戸町五	明治の家庭社
みづゑ	小石川區關口駒井町三	春鳥會
兒童教育	神田區末廣町十	兒童新聞社
神經學雜誌	小石川區駕籠町東京醫科大學精神學教室内	日本神經學會
廣島衞生醫事月報	廣島猫屋町	廣島衞生醫事月報社
正氣	牛込區若宮町十五	啓發社

私立大日本婦人衞生會　高崎支會規則摘要

●當支會は大日本婦人衞生會に屬し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し衞生上の智識を開發せしめ以て社會全般の幸福を增進するを目的とす●當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し三個月分以上の會費を添へ申込まるべし●當支會は毎月一回講話會を開き毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改撰會務の報告等をなす●本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として一箇月金五錢を出す者とす●總て會費の徵收は集會の席上に於てするを例とす但三箇月分以上宛前納すべし●會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし●尙特に此規則に掲げざる者は本會の規則を準用す

明治三十五年四月創立

事務所　高崎市衍合町五十番地

高崎支會

私立大日本婦人衛生會茨城支會規則

開設の趣旨及目的　凡人生の幸福を保持するには完全なる教育を望まざる可らず之を望まんとするには必ず衛生と相俟ちて而る後始めて全き事を得るならん。されば吾人は現今東京に於る該本部に倣じて更に茨城支會を開設し吾人が日常實行する衛生の事項をなして益研究し益改善を圖りて其の發達を互に努め力めんとするに在る而已●本會は私立大日本婦人衛生會茨城支會として之を茨水戸市に置く●本支會々員たるを望む婦人は何人にても入會する事を得●入會手續入會の節は氏名族籍住所等を明記し本會事務所に申込む者とす。但し會員證は東京本部へ通知し然るのち之を交附すと雖とも徽章代は豫め前納せらるべし●會員種類會員を分ちて特別。通常。終身の三種とす終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一月金三十錢以上會員は一月拾五錢を納むると●男子にして本支會の趣旨を賛成する通常者は之を賛成員とす●本支會員は本部にて毎月發刊する雜誌を無料にて受くるとを得●退會せんとするものは其旨本支會事務所に報知すべし。（死亡等は親戚知人より通知せらるべし）●支本會に左の役員を置く支會長一名、副支會長、幹事六名、評議員十名、書記、會計、庶務は幹事中より各二名づゝ互撰分擔す●役員は任期滿一ヶ年とし毎年五月總會に於て投票を以て之を定む●集會は例會總會評議員會及臨時會とす集會入月を除く毎月一回第三の日曜日に之を開く總會は五月適宜の日を以て之を開く急要の件あるときは臨時會若くは評議員會を開きて評議する事あるべし●毎會學識經驗ある知名の士に囑托して衛生上の講話演說又は之に關した實驗等をも爲し本支會員に聽講せしむ但會員は知人家族等誘引して參會することを得（此際出席の衣服は總て質素たるべし）●會員中若し本會の障害となるべき所爲ある者又は會費を滯納するものある時は本支會長評議會の決議を經て除名する事あるべし●茲に記述したる數項の他その必要と認むべき事項あらば成る可く本部規則を適用するものとす

明治三十四年十月創立

水戸市上市田見小路二十五番地

茨城支會

私立大日本婦人衛生會新潟支會規則

●第一條　本會は大日本婦人衛生會に屬し婦人衛生の研究を目的とし兼て一般慈善事業を爲すにあり●第二條　當支會の會費は左の六種とす終身會員一時限り出金貳拾五圓　特別會員毎月金參拾錢通常會員仝金貳拾錢　支會員中毎月金拾錢乙仝金五錢●第三條入會せんとするものは役員に申出て其承認を得べし●第四條會費毎月拾五錢以上を納むるものには本會衛生雜誌を配布す●第五條會費は雜誌料として一部を本會へ納め殘金は銀行へ貯蓄して衛生慈善資金とす●第六條支會には會長一名副會長一名評議員十五名幹事五名理事一名を置く會長副會長は總會に於て公撰し評議員幹事は會長之を撰任す各役員の任期は一ヶ年とし再撰するを得役員は總て無給とす●第七條支會は毎月六日通常會を開き衛生及び慈善に關する演說をなすべし●第八條毎年一月總會を開き支會の要務を擧行す●第九條本會は毎年春期懇親會を催し時宜によりては慈善販賣店慈善演藝會等を開くことあるべし●第十條天災事變に際し慈善救濟を要する場合に於ては特に會員中の有志者より物品の寄贈を募ることあるべし會員外の篤志者より臨時金品の寄附あるときは役員の協議を以て特待員又は賛成員となすべし●第十一條一般慈善事業の賛助天災事變の救濟の事務は役員會の決議により實施するものとす●第十二條支會々員は服裝其他を質素にし集會の際は成可く綿服を着用すべし●第十三條特に本規則に掲げざるものは私立大日本婦人衛生會の規則を準用す

明治廿九年四月創立

事務所新潟市本町通十三番戸中村しけ子方

新潟支會

滋養新劑 グリコナール錠

▲本劑は佐伯矩氏が北里博士指導の下に貴重なる滋養劑グリコゲーン製法研究中發見創製せるものにして多くの醫學者より其効顯卓絶なることを承認せられたる最新滋養劑なり

肺病其他衰弱せる病者は本劑の服用に由て速に其體力を恢復し元氣亢進す

本劑ハ説明書は御申込次第無代郵送す

消化新劑 タカヂアスターゼ

▲本劑は工學博士高峰讓吉氏が發見せし有名なる胃腸新藥なり

▲本劑の効力に就て我醫學大家が發表せし實驗報告集は御申越に從ひ無代郵送す

▲本劑は粉末錠劑各大小容器入として發賣各地藥舖にあり類似品り必ず高峯博士のタカヂアスターゼと御指定を乞ふ

▲發賣元 三共商店藥品部

東京市南茅場町二番地

私立大日本婦人衛生會

山形支會規則

第一條 本支會は私立大日本婦人衛生會々員山形市在住者を以て組織す●第二條 本支會に會長副會長の外幹事四名評議員若干名を置く會長副會長は公撰し幹事評議員は會長之を選任す役員の任期は一ヶ年とす●第三條 本支會は毎月一回（第一日曜日）講話會を開き毎年一回（五月）總會を開き講話の外役員の撰擧庶務會計の報告をなす●第四條 入會せんと欲するものは宿所姓名並に第五條の通り會費を添へ會員に紹介を依頼すべし本支會を退會せんとする時は其旨幹事に申出つべし●第五條 本會々費は會計幹事に納むべし但し六ヶ月又は一ヶ年分新に入會のものは其月より六月又は十二月迄の分を一時に納むべし●第六條 服裝は精誠質素なるを要す上着及羽織は絹布を用ひるを禁ず

明治三十三年二月四日創立

事務所山形市旅籠町新築四通二百八十九、北島氏方

山形支會

私立大日本婦人衛生會

宇都宮支會規則

第壹條 本支會ハ私立大日本婦人衛生會宇都宮支會ト稱ス●第貳條 本支會ニ會長一名副會長一名評議員拾五名幹事四名ヲ置ク會長副會長ハ公撰シ評議員幹事ハ會長之ヲ撰任ス各役員ノ任期ハ一ヶ年トス●第參條 毎月壹回（第一日曜日）講話ヲ開キ毎年五月講話ノ外役員ノ改撰庶務會計ノ報告ヲナス●第四條入會ハ宿所姓名ニ第五條ノ通リ會費ヲ添ヘ事務所ヘ申込ミ又ハ會員ニ紹介ヲ依頼スベシ本支會ヲ脱會又ハ本會ヲ退會セントスルトキニ其旨事務所ニ届出ツベシ●第五條本會々費ノ外別ニ支會々費ヲ要セズ會費ハ一時ニ六ヶ月又ハ十二月分、新タニ入會ノモノハ其月ヨリ六月又ハ十二月迄ノ分ヲ納ムベシ●第六條本支會ハ別ニ支會々員ヲ置キ支會會費トシテ一ヶ月金五錢ヲ納ムルモノトス●第七條講話會ニ出席ノ節ハ成ルベク家族又ハ知合ノ婦人ヲ誘引シ傍聽セシムベシ●第八條服裝ハ精誠質素ナルヲ要ス上着及羽織ハ絹布ヲ用フルヲ禁ズ第九條特ニ支會規則ニ掲ケザルモノハ本會ノ規則ヲ準用ス

明治三十四年二月三日創立

事務所宇都宮市三條町石田氏方

宇都宮支會

私立大日本婦人衛生會

米澤支會規則

第一條 當會は私立大日本婦人衛生會米澤支會と稱し衛生上の研究を目的とし互に智識を交換し社會の幸福を増進するにあり

第二條 支會事務所は當時假に免許町一三六九番地猪股方に置く

第三條 當支會に會長一名副會長一名幹事五名を置く其任期は各一年とす

第四條 毎月一回（第二日曜午後一時より四時迄）講話會を開き毎年五月總會をなし役員改撰庶務會計等の報告をなす

第五條 入會は會員の紹介を經て宿所姓名に會費を添へ事務所へ申込又退會せんとする者は其旨事務所に届出べし但し已納の會費は返附せず

第六條 當支會の會費は左の三種として特別會員毎月金參拾錢通常會員甲毎月金拾五錢乙毎月金五錢前納するものとす但會費拾五錢以上納むる者には本會雜誌を配附す

第七條 會費は雜誌料として本會へ納め一部は支會經費に充て殘餘は銀行へ貯蓄して支會事業の資金となす

第八條 會員及員外篤志者より金品の寄贈あるときは役員協議の上特待員又は賛成員となすへし

第九條 講話の節は汎く婦人の傍聽を許す

第十條 支會々員は質素を旨とし集會の際は可成木綿服を着用する事

第十一條 特に支會則に掲けさるものは本部の會則を準用す

事務所米澤市免許町一三六九

米澤支會

無菌牛乳

警視廳
御認可

最新式蒸汽々罐装置
牛乳消毒器械設備







牧場は
府下北豊島郡巣鴨村千百八十六番地の廣濶なる丘上にあり

殺菌室及販賣店は
東京市小石川區原町百卅三番地植物園裏

萩原本店

御報次第何時でも配乳いたします

速記應囑

事務所の特長は深切にして然も迅速なるにあり◎女流の會合にして男子を近け難き場合若くは著述家飜譯家等の爲めには特に女子の速記者をして之に當らしむ

佃速記事務所

麹町區富士見町五丁目九番地
電話番町四十八番

東京日本橋區本町二丁目
（電話本局千六百六番）

高橋齒科醫院

診察時間　午前九時ヨリ午後五時迄

竹中成憲著

	正價	郵稅
衛生寶典	七十錢	八錢
肺結核豫防法	五十錢	四錢
實習救急法	三十錢	四錢
簡易産婆學	八十錢	十錢
ペスト必携	三十錢	四錢

新潟縣三條町
三條病院

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

明治三十九年十月二十三日印刷
全　年十月二十七日發行（毎月一回二十日發行）
婦人衞生雜誌第二百三號

私立大日本婦人衞生會徽章規程

第一條　大日本婦人衞生會々員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





●本會徽章料左の如し

●通常會員章
第三號　メッキ製拾二錢、送費六錢
第二號　正銀製四拾錢、送費六錢

●終身及特別會員章
第一號　七十錢（黒塗箱入送費九錢）
六十錢（桐箱入送費六錢）

第二條　會員章は本會幷に支會の集會に出席する塲合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

●入會注意

●御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるへし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配達を兼れ會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收者差出不申候但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料なりとも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は支會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京牛込築土八幡町郵便局）宛振出あるべし●會費受領證を要する節は送費として郵券一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

●會員御紹介下され候御方には其人數丈の本會雜誌進呈

廣告料　一頁五圓半頁其二分一以下同之　●特別廣告一頁拾圓半頁其二分一以下同之　本誌一部定價貳拾錢

東京市牛込區上宮比町八番地
發行所　私立大日本婦人衞生會
東京牛込區矢來町三番地
編輯兼發行者　田中鶴三郎
東京牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地
印刷者　飯田三千太郎
印刷所　東京市牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　株式會社秀英舍第一工場